आर्य नागार्जुन विरचित

# सुहृल्लेख



अनुवादक

**पुण्य प्रसाद पराजुली**



आर्य नागार्जुन विरचित

# सुहृल्लेख

(मित्रलाई पत्र)


भाष्यकारहरू :

*मिफाम रिन्पोछे*

तथा

*आचार्य श्रीधर राणा*

अनुवादक तथा सम्पादक :

**पुण्य प्रसाद पराजुली**



प्रकाशक :

**बोधिचित्त शिक्षण संस्था**

टंगाल, काठमाडौं

वि.सं. २०५७

अनुवाद : *व्योम कुसुमा अनुवाद समिति*
संरक्षक : कर्मा थिन्ले रिम्पोछे
निर्देशक : आचार्य श्रीधर राणा
सदस्यहरू :
खेन्पो वागीन्द्रशील, पुण्य प्रसाद पराजुली, नारायण प्रसाद रिजाल, विनय शमशेर राणा, हर्षनाथ भण्डारी, पं. विजयनाथ पौडेल, शिवकुमार रिजाल

अनुवाद व्यवस्था : रवि तथा लिसा प्रधान

प्रकाशक : बोधिचित्त शिक्षण संस्था
टंगाल, गहनापोखरी



संस्करण : प्रथम, २०५७ (गुरुपूर्णिमा)

मूल्य : रु. ५०।- मात्र

कम्प्यूटर डिजाइन : सुदीप बस्न्यात् र अन्जु थापा
थापा वर्ल्ड वाइड कम्युनिकेशन
भाटभटेनी, काठमाण्डौ ।
फोन नं. ४१६२७२

मुद्रक : लुष प्रेस
बानेश्वर




༄། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་བཤེས་པའི་སྤྲིང་ཡིག
དང་དེའི་འགྲེལ་པ་མཁས་མཆོག་འཇུ་མི་ཕམ་འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པའི་
པདྨ་དཀར་པོའི་ཕྲེང་བ་བཅས་བྲམ་ཟེའི་རིགས་ཅན་སྔོན་དང་བསྟན་པར་སྐྱེ་གཅིག
དད་མོས་ཅན་པུཎྱ་པ་ར་ཛུ་ལི་ཞེས་པས་བལ་པོའི་སྐད་དུ་ཕབ་བསྒྱུར་བྱས་པར་
བསྔགས་བརྗོད་དང་། ཀློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ
གོང་འཕེལ་ཡོང་བའི་རྒྱུ་རྐྱེན་དུ་ཡོང་སྨོན་བཅས།།
བལ་ཡུལ་ནས་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་སྤྲུལ་མིང་པས་ཕྱི་ལོ་༢༠༠༠ ཕྱི་ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༢༩ ལ།

महान आचार्य आर्य नागार्जुन विरचित सुहृल्लेख तथा महापण्डित जु मिफाम जाम्याङ् ग्याम्छो विरचित पुण्डरीकमाला नामक भाष्यलाई बुद्ध र उहाँको धर्मप्रति एकनिष्ठ श्रद्धा र भक्ति भएका पुण्य पराजुलीले नेपाली भाषामा गर्नु भएको अनुवाद प्रशंसनीय छ । पाठकहरूको श्रुतमयी, चिन्तामयी र भावनामयी प्रज्ञा बढाउनको लागि यो ग्रन्थ हेतु बनोस् भनी प्रणिधान गर्दछु ।

टुल्कु छोक्यी न्यीमा
२९ अप्रिल २०००

Boudha Nath, Post Box 1200, Kathmandu, Nepal • Tel.: 470993, Fax: 977-1-478611

# प्रकाशकीय

हाम्रै देशमा जन्मेका विश्व शान्तिका अग्रदूत र एसियाकै तारा भगवान् गौतम बुद्धद्वारा प्रतिपादित अभ्युदय (सुख) एवं निःश्रेयस (मोक्ष) को अद्वितीय मध्यम मार्गको चन्द्र ज्योतिले अहिले विश्वका धेरै मुलुकलाई शान्तिको शीतलता प्रदान गरिराखेको छ तापनि स्वयं हामी नेपालीले उहाँको ज्ञानबाट कुनै तात्विक लाभ ग्रहण गर्न नसक्नु बत्तीमुनि अँध्यारो भने जस्तै हो । आफ्नै घरमा भएको सर्वोत्तम रत्नलाई पनि अहिलेसम्म नचिनेर हामी भौंतारिएका छौं र यसको मुख्य कारण यहाँ नेपाली भाषामा उहाँका उपदेश-परम्पराहरूका ग्रन्थ पढ्ने पढाउने, प्रवचन गर्ने गराउने, भावना (ध्यान) गर्ने गराउने र विभिन्न भाषामा सुरक्षित भएका उहाँका उपदेशहरूलाई नेपाली भाषामा अनुवाद गर्ने गराउने जस्ता कार्यहरू उल्लेखनीय रूपमा आधिकारिक ढंगले हुन नसक्नु नै हो । त्यसैले यो पवित्र कार्यलाई द्रुततर गतिमा अघि बढाई भगवान् बुद्धको ज्ञानामृतलाई पुनः उहाँको जन्म भूमि नेपालमा अविच्छिन्न वर्षा गर्ने उद्देश्यले आचार्य श्रीधर राणाको संक्रियतामा सन् १९९० देखि नै व्योमकुसुमा अनुवाद समितिले नेपाली भाषामा अनुवाद गर्ने काम शुरु गरेको र केही किताबहरू पनि प्रकाशित भएको कुरा विदितै छ । यसै सिलसिलामा बोधिचित्त शिक्षण संस्थाले उक्त कार्यको अलावा निम्न काम पनि गर्दछ ।

१. गम्भीर रूपमा शमथ एवं विपश्यना ध्यान गर्ने र गराउने ।
२. बुद्धधर्मको सैद्धान्तिक पक्षको विस्तृत रूपमा अध्ययन गर्ने र गराउने ।
३. छोटा छोटा प्रवचन एवं ध्यान शिविरहरू सञ्चालन गर्ने ।
४. अन्य भाषा (विशेषगरी संस्कृत, तिब्बती र पालि भाषा) बाट नेपालीमा बौद्ध ग्रन्थहरूको अनुवाद गर्ने, गराउने र गर्न सिकाउने ।
५. यसरी नेपाली भाषामा लेखिएका या अनुवाद गरिएका स्तरीय एवं आधिकारिक बुद्धधर्मका ग्रन्थहरूलाई प्रकाशन गर्ने गराउने ।

अत : यस पुनीत कार्यमा यदि कसैले कुनै न कुनै रूपबाट सहयोग गर्न या लिन चाहनुहुन्छ भने त्यस्ता सहृदय बन्धूहरूलाई हामीले सदैव ढोका खुला छोडेकाछौं ।

**बोधिचित्त शिक्षण संस्था, टंगाल**
**फोन नं. ४१६३५२, ४२८३२२, ४२७६८८**

# विषय सूचि

# कृतज्ञता ज्ञापन

भगवान् बुद्धका अमूल्य वचनहरूलाई व्यवहारमा उतारेर धेरै व्यक्तिहरूले आफ्नो जीवन सार्थक बनाएका छन् । यसै क्रममा नेपाली भाषा बोल्ने व्यक्तिहरूको लागि यो सानो पुस्तक तयार पार्ने क्रममा धेरै व्यक्तिहरूको बिर्सि नसक्नुको योगदान रहेको छ । नेपालमा बौद्ध धर्मको पुनरुत्थान गर्ने क्रममा अथक परिश्रम गरिरहनु हुने पूजनीय गुरु छोक्यी न्यीमा रिन्पोछेको प्रेरणाबाटै यो पुस्तक तयार भएकाले उहाँप्रति हामी कृतज्ञ छौं । त्यसै गरी व्योमकुसुमा अनुवाद समितिका धर्मानुशासक पूजनीय गुरु कर्मा ठिन्ले रिन्पोछेप्रति पनि हामी आभारी छौं । आर्य नागार्जुनको काव्यमा रहेका गहन कुराहरूलाई नेपाली पाठक समक्ष टिप्पणीको माध्यमबाट कुशलतापूर्वक प्रस्तुत गर्नु भएकोमा श्रद्धेय गुरुवर श्रीधर राणा (आचार्य धर्मवज्र) ज्यूप्रति पनि कृतज्ञ छौं । काठमाण्डौ कमलादी स्थित बौद्ध विहारमा प्रवचन दिनुका साथै अनुवादको क्रममा समेत निरन्तर सहयोग गर्नु हुने आचार्य येशे ठिन्लेको त कुरै के गर्नु पर्ला र ?

अनुवादको क्रममा अमूल्य सुझाव दिनु हुने उपाध्याय (खेन्पो) हरू वागीन्द्र शील तथा ग्युर्मे छुल्ठीमज्यूहरूको योगदान पनि धेरै नै अमूल्य छ । नेपाली भाषामा पाण्डुलिपी तयार भई सकेपछि यहाँ उल्लिखित संस्कृत उद्धरणहरूको साथै समग्र ग्रन्थको शैलीमा परिमार्जन गर्न सहयोग गर्नु हुने विद्वान नारायण प्रसाद रिजाल (बुद्ध बज्र) पनि धन्यवादका पात्र हुनुहुन्छ । ग्रन्थको सम्पूर्ण भाषिक शुद्धाशुद्धि हेरी सहयोग गर्नु भएकोमा पण्डित विजय नाथ पौडेलज्यूप्रति धेरै आभारी छौं । यो ग्रन्थमा भएका उपदेशहरूको पाली त्रिपिटक ग्रन्थहरूसँग सम्बन्ध देखाई दिनु हुने र त्रिपिटक ग्रन्थहरूको प्रयोग गर्न पुस्तकालय सुविधा समेत उपलब्ध गराइ दिनु भएकोमा त्रिपिटक ग्रन्थहरूको नेपाली तथा नेवारी भाषामा अनुवाद गर्नु भएका बौद्ध विद्वान दुण्ड बहादुर बज्राचार्यज्यूप्रति अत्यन्तै कृतज्ञ छौं । प्रवचन गर्न विहार उपलब्ध गराउनु भएकोमा पूर्ण धाख्वा र उहाँको परिवारप्रति आभार व्यक्त गर्छौं ।

अनुवादको लागि सम्पूर्ण खर्च वेहोर्ने रवि र लिसा प्रधानज्यू तथा प्रकाशनको लागि आर्थिक सहयोग गर्नु हुने श्री तीर्थ नारायण मानन्धरज्यूको सदाशयताले नै यो पुस्तक तपाईहरूको हातमा आई पुगेको छ । उहाँहरूमा यस्तै धर्म चित्त उत्पाद भइरहोस् भन्ने कामना गर्दछौं । कम्प्यूटर सम्बन्धी सम्पूर्ण काम गर्ने थापा वर्ल्डवाइड कम्युनिकेशन परिवार, भाटभटेनी र मुद्रण सम्बन्धी काम गर्ने लुष प्रेस परिवार पनि धन्यवादका पात्रहरू हुनु हुन्छ । पाण्डुलिपि लेख्ने र सफाई गर्ने साक्या कलेज देहरादुनका भिक्षु हरि डंगोल र उपासिका कल्पना पराजुलीको पनि सहयोग प्राप्त भएको छ । यसरी प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष सहयोग गरी कुशल कर्म गर्नु भएकोमा उहाँहरू सबैप्रति व्योमकुसुमा अनुवाद समिति आभार व्यक्त गर्छ । आगामी दिनहरूमा पनि यस्तै अमूल्य सहयोगको अपेक्षा गर्दछ ।

# अनुवादकको कलमबाट

संसारको स्थितिलाई पूर्णरूपमा बुझेर यसबाट छुट्कारा पाई अरुहरूलाई पनि संसाररूपी बन्धनबाट मुक्त गराउन सधैं लागि पर्नु भएका भगवान् बुद्धलाई सदा सर्वदा बन्दना गर्छु । व्यक्तिहरूको क्षमता र अभिरुचि अनुसार भगवान् बुद्धले अनेकौं प्रकारका उपदेशहरू प्रदान गर्नु भएको छ । एकै जना व्यक्तिले ती सबै उपदेशहरूको अध्ययन गरेर अभ्यास गर्न सक्ने त कुरै भएन । बुद्ध धर्मको त्यो अपार भण्डारबाट विभिन्न समयका शुद्ध सिद्ध-परम्पराका गुरुहरूले परिस्थिति अनुसार शिष्यहरूलाई उपदेश प्रदान गर्ने चलन छ । विहारमा वा एकान्त स्थलमा बसेर अध्ययन र अभ्यास गर्ने भिक्षुहरूलाई धेरै प्रकारका शिक्षाहरूको आवश्यकता पर्छ । तर गृहस्थी जीवन यापन गर्ने बौद्ध उपासक उपासिकाहरूको लागि व्यावहारिक उपदेशहरू चाहिन्छन् । भगवान् बुद्धले पनि राजाहरू, साहूहरू, गृहिणीहरू आदिको लागि प्रशस्त व्यावहारिक उपदेशहरू दिनु भएको कुरा त्रिपिटक ग्रन्थमालाका सूत्रहरूमा पाइन्छ ।

भगवान् बुद्धकै पद्धतिलाइ अनुशरण गर्दै आर्य नागार्जुनले पनि आफ्ना अनन्य मित्र शातवाहन गौतमीपुत्रलाई एक राजाले कसरी बुद्ध धर्मको अभ्यास पनि नछाडीकन राज्य गर्न सक्छ भन्ने कुरा दर्शाउनु भएको छ । प्राचीन भारतीय संस्कृतिमा महत्वपूर्ण कुराहरूलाई श्लोक बनाएर घोक्ने चलन थियो । त्यही मुताविक आर्य नागार्जुनले पनि बुद्ध धर्मका सबै महत्वपूर्ण पक्षहरूलाई आर्यागीति छन्दमा श्लोक बनाएर चिठीको रूपमा राजालाई पठाउनु भएको थियो । उक्त पत्र राजालाई सम्बोधन गरेर पठाइएको भए पनि जनमानसमा ज्यादै लोकप्रिय भयो । सर्वसाधारण व्यक्तिहरूले पनि कण्ठस्थ पारेर गाउने चलन थियो भन्ने कुरा सातौं शताब्दिका चिनीयाँ यात्री इत्सिङको यात्रा वृत्तान्तमा पाइन्छ । त्यही प्रसिद्ध ग्रन्थको नाम हो सुहृल्लेख, जसलाई आज पनि तिब्वतका जनसाधारण देखि उच्च दर्जाका कर्मचारीहरूले सम्म कण्ठस्थ पार्ने र गाउने गर्छन । विहारका भिक्षु तथा भिक्षुणीहरूको त के कुरा गरि रहनु पर्ला र ? यो शुरुमै अध्ययन गरिने ग्रन्थ हो ।

करुणा म्यानेजमेन्ट नामक संस्थाका संचालक श्रीरवि प्रधानज्यूले नेपाली जनमानसमा बुद्धका उपदेशहरू फेरि फैलाउने उद्देश्यले लामा गुरुहरूसँग सरसल्लाह गर्दा उहाँहरूले गृहस्थ नेपालीहरूको लागि आर्य नागार्जुनले लेख्नुभएको सुहृल्लेख नै सबैभन्दा उपयुक्त ग्रन्थ हो भन्ने सुझाब दिनु भयो । यस्तो प्रेरणा पाइसके पछि पाटनका बौद्ध विद्वान मीन बहादुर शाक्यज्यू, नेपाल बुद्धधर्म सेवा संघका साम्तेन शेर्पा, हेलम्बु क्षेत्रका बौद्ध साधक नीमा ग्याल्पो योल्मो आदि व्यक्तिहरूको सक्रियतामा काठमाण्डू कमलादी स्थित बौद्ध शान्ति निकेतन विहारमा हरेक शनिवार विहान सुहृल्लेख ग्रन्थको आधारमा उपदेश दिने कार्यक्रम तय भयो । बौद्ध स्थित कान्यीङ शेड्रुप लिङ् गुम्बा (सेतो गुम्बा) का आचार्य येशे ठिन्लेले

तिब्वती भाषामा पढाउने र मैले नेपाली भाषामा अनुवाद गर्ने कार्यक्रम बन्यो । उक्त प्रवचन कार्यक्रममा काठमाण्डू उपत्यकाका बौद्धमार्गी तथा बौद्ध धर्ममा अभिरुचि राख्ने व्यक्तिहरूको व्यापक सहभागिता थियो । सम्पूर्ण प्रवचनको रेकर्ड पनि गरिएको थियो ।

प्रवचनको सिलसिलामा धेरै श्रोताहरूले ती उपदेशहरू लिपिवद्ध गरेर पुस्तक निकाल्नु पर्छ भन्ने प्रस्ताव राखेका थिए । त्यसैको आधारमा रवि र लिशा प्रधानज्यूले अनुवादको लागि दाता बन्ने बचन दिनुका साथै अनुवाद चाँडै सकेर प्रकाशन गर्नको लागि मलाई निरन्तर रूपमा प्रेरित गरिरहनु भयो । मौखिक उपदेश अनुवाद गर्न जति सजिलो भएको थियो लिखित अनुवादमा धेरै अप्ठ्यारो भयो । प्रथम त छन्दयुक्त कविताको रूपमा लेखिएको रचना भएकाले सीधा अनुवाद गर्न गाह्रो हुनु स्वाभाविकै थियो । त्यसमा पनि कुन भाष्यलाई आधार मान्ने भन्ने विषयमा पनि धेरै चिन्तन भयो । आचार्य रेन्दावाको टीका समावेश गर्दा धेरै लामो हुने मिफाम रिन्पोछेको टीकाबाट मात्र सबै कुरा स्पस्ट नहुने भएकाले नेपाली बौद्ध गुरु श्रीधर राणाज्यूसँग सुझाब माग्दा उहाँले संक्षिप्त टिप्पणी लेख्ने वचन दिनु भयो । त्यस मुताविक आर्य नागार्जुनका श्लोकहरू मिफम रिन्पोछेज्यूको शब्दार्थ टीका र आचार्य श्रीधर राणाज्यूको टिप्पणी समावेश गरेर अनुवाद कार्य सम्पन्न गरिएको छ । पुस्तकमा भएका कठीन प्राविधिक शब्दहरूलाई परिशिष्टको र शब्दावली मार्फत खुलस्त पार्ने प्रयाश भएको छ । सके सम्म बौद्ध पारिभाषिक शब्दहरूको तिब्वती शब्द पनि कोष्ठ भित्र दिइएको छ ।

अनुवादको प्रारम्भिक काम सकिए पछि शेछेन गुम्बामा नेपाली भाषा पढाउने क्रममा यही पुस्तकको पाण्डुलिपीलाई पाठ्यक्रम बनाएर छलफल गर्दा शेछेन बौद्ध कलेजका विद्यार्थीहरूबाट धेरै नै अमूल्य सुझावहरू पाइयो । अनुवादको भाषालाई सकेसम्म सरल बनाउने प्रयाश गरिएको छ । आर्य नार्गाजुनले संस्कृत भाषामा लेखेको काव्यात्मक पत्र तिब्वती भाषामा पुग्दा पक्कै पनि अप्ठ्यारो हुने नै भयो । तिब्वती भाषाबाट अनुवाद गर्दा संस्कृत भाषाका अर्थबाट अझ टाढा पुग्न सक्छ । यस्ता कुराहरूलाई ध्यानमा राखेर अनुवाद गर्दा भाषा जटील त हुन्छ नै । यी कुराहरूको वास्तविक अर्थ बुझ्नको लागि त परमपरागत रूपमा बौद्ध धर्मको अध्ययन गरेका व्यक्तिहरू भेट्नु पर्ने हुन्छ । ती ठाउँहरूको बारेमा यसै पुस्तकको अन्तमा चर्चा गरिएको छ । यो ग्रन्थ पढी सेकर भाषागत कुराहरूको बारेमा प्रतिक्रिया जनाई दिनु भएमा आउँदा अनुवादहरूमा सुधार गर्ने मौका पाइने थियो । तसर्थ झर्को नमानीकन प्रतिक्रिया तथा सुझावहरू दिनु हुन सनम्र अनुरोध गर्दै मेरो लेखनीलाई यहीँ अन्त गर्दछु ।

लोचावा पुण्य प्रसाद पराजुली
व्योम कुसुमा अनुवाद समिति
विशालनगर, काठमाण्डौ ।



भगवान् बुद्ध



बोधिसत्त्व मञ्जुश्री

# पुण्डरीकमाला नामक सुहृल्लेख ग्रन्थको पञ्जिका

**ऊँ स्वस्ति**
**प्रज्ञाको तेजिलो प्रकाश भएको बल्दो खड्गले**
**मोह अन्धकारको लहरालाई जरैदेखि काटेर**
**दुई परिज्ञानरूपी ज्ञानको प्रकाश दिने**
**गुरु मन्जुनाथ वादीसिंहले रक्षा गरुन ।**
**भगवान् बुद्धका गम्भीर र विस्तृत मतको अर्थलाई**
**निपूणतापूर्वक व्याख्या गर्ने आर्य नागार्जुनको**
**सुभाषित ग्रन्थ सुहृल्लेखको पुण्डरीकमाला नामक**
**पञ्जिकालाई गुरुको वचन बमोजिम दर्शाउँछु,**
**यसलाई आनन्दपूर्वक लेऊ ।**

आर्य नागार्जुन विरचित सुहृल्लेख ग्रन्थको व्याख्यालाई शीर्षकको अर्थ, अनुवादक बन्दना, ग्रन्थको विषय र समापन गरी चार वर्गमा बाँडिएको छ ।

*शीर्षक :भारतीय भाषा (संस्कृत) मा सुहृल्लेख, तिब्बती भाषामा शेपाई ट्रिङयिग (ब्शेस् पई स्प्रिङयिग्)*

संस्कृत भाषाको सुहृल्लेखलाई तिब्बती भाषामा शेपाई ट्रिङयिग भनिन्छ । यहाँ शेपा भन्नाले आर्य नागार्जुनका घनिष्ठ मित्र शातवाहन वंशी राजा गौतमीपुत्रलाई बुझाउँछ भने उक्त राजालाई प्रत्यक्ष रूपमा नभेटेर चिठीको रूपमा पठाइएको हुनाले ट्रिङयिग (चिठी) भनिएको हो ।

*अनुवाद बन्दना नमो मन्जुश्री कुमारभुताय ।*

दोषका सम्पूर्ण व्यथाबाट मुक्त भएकाले मन्जु भनिएको हो । दुई प्रकारका हित (स्वहित र परहित) हरूको श्रीले युक्त उहाँको काय बूढो हुने र खिइनेबाट मुक्त भएकोले कुमार भनिएको हो । त्यस्ता मन्जुश्रीलाई दण्डवत् गर्छु भनी अनुवादक (लोचावा) ले बन्दना गर्नु भएको छ ।

ग्रन्थको विषयलाई पनि परिचय (शुरुवात) रूपी आदिकल्याण, शास्त्रको मूल विषयरूपी मध्यकल्याण र उपसंहाररूपी पर्यवसान (अन्त) कल्याणमा बाँडिएको छ । शुरुमा यो रचनाको प्रतिज्ञाको आधारमा सुन्नको लागि आग्रह र अहंकार त्यागेको आधारमा सुन्न योग्य छ भनी दर्शाइएको छ ।

*सुन्नको लागि आग्रह गरेको रूपमा प्रतिज्ञा*

**हे स्वभावले नै कुशल गुण भएका राजन् !**
**मैले सुगतका बचनमा बताइए अनुसारको**
**पुण्यको अभिलाषाले गर्दा आर्या गीति छन्दमा**
**रचना गरेका केही श्लोकहरू सुनेमा राम्रो होला ।।१।।**

सम्पूर्ण उत्तम गुणहरू स्वभाविक रूपमै भएकाले कुशल सद्धर्म सुन्न सुयोग्य पात्र भनेर ग्रन्थ रचनाकार म नागार्जुनले साठी अङ्ग घोषले युक्त भएको सुगत (बुद्ध) का उपदेश भएको त्रिपिटकको विषयलाई तिम्रो चित्तलाई पुण्य कर्मतर्फ लगाउनको लागि आर्या गीति छन्दमा रचना गरेको छु । यी थोरै श्लोकहरू तिमीले सुन्न योग्य छन् ।

*शब्द मार्फत अहंकार घटाउने*

**सुगतको प्रतिमा काठैले बनेको भए पनि**
**विद्वान्हरूले पूजा गरेजस्तै मेरा यी कविताहरू**
**सुन्दर नभए पनि धर्मको व्याख्यामा आधारित**
**भएकाले तुच्छ नसम्झ । ।।२।।**

जसरी सुगत प्रतिमा निम्न दर्जाको वस्तु काठबाटै बनेको भए पनि त्यसलाई विद्वान्हरूले शिरमा राखेर पूजा गर्छन, त्यसै गरी मेरो काव्यमा शब्दहरू नमिलेको भए पनि गम्भीर सद्धर्मको व्याख्या भएकाले हेला नगरेर ग्रहण गर ।

*अर्थ मार्फत अहंकार घटाउने*

**महामुनिका धेरै वचनहरू**
**तिमीले बुझेको भए पनि**
**चून लगाएको घरलाई शरद**
**चन्द्रले झन टल्काउँदैन र ? ।।३।।**

तीनद्वार (काय, वाक् र चित्त) का दोषहरू हटाएका महामुनिका आदिकल्याण, मध्य कल्याण र अन्त कल्याण भएका बचनहरू तिमीले धेरै मात्रामा पहिले नै सुनेको भए पनि आफैँ सेतो रंगको हुने चून शरद ऋतुको चन्द्रमाको प्रकाश पर्दा झन उज्यालो हुँदैन र ?

ग्रन्थको मूल विषयमा अभ्युदय र निःश्रेयसरूपी मार्गको आधाररूपी श्रद्धाको उल्लेख र मार्गको स्वरूप गरी दुई कुराहरू छन् । श्रद्धालाई पनि यसको

आधाररूपी बुद्ध आदि छ अनुस्मृतिलाई संक्षेपमा दर्शाइएको छ भने त्यसमध्ये देव, त्याग र शील अनुस्मृतिहरूलाई विस्तारमा दर्शाइएको छ।

*संक्षिप्त उल्लेख*

**जिनले बुद्ध, धर्म, संघ, त्याग, शील र देवका**
**छ अनुस्मृतिहरूको राम्रोसँग बताउनु भएको छ ।**
**ती प्रत्येकको गुणहरू स्मृति गर ।।४।।**

चार मार (स्कन्ध, मृत्यु, क्लेश र देवपुत्र) लाई जितेका जिन (भगवान् बुद्ध) ले बुद्ध, धर्म, संघ, त्याग (दान), शील र देव जस्ता छ कुराहरूको स्मृति गर्नुपर्छ भनी प्रवचन गर्नु भएको छ। तिनीहरू हरेकको गुण सम्झदा बुद्धले दुई हितहरू (स्वहित र परहित) सहज रूपमा सिद्ध गर्नु भएको छ। धर्ममा दुई सत्य (निरोध र मार्ग) स्पष्ट छन्। संघ यथार्थलाई बुझेका र दुःखबाट मुक्त भएका छन्। दान नै सम्पूर्ण सम्पन्नताको हेतु हो। विशुद्ध शील सम्पूर्ण गुणहरूको आधार हो। देव चाँहि आफ्नै साक्षी अथवा अभ्युदय धर्म (लोकमा सुख) को अभ्यास गरेर त्यस्तो विशेष फल प्राप्त गरेका सत्व हुन भनेर सम्झनु पर्छ। यसरी यी छवटैको गुण राशिलाई सम्झनु पर्छ।

*देवानुस्मृति*

**दश कुशल कर्मपथहरूको काय, वाक् र**
**चित्तबाट सधै अभ्यास गर्नुपर्छ । जाँडरक्सी**
**त्यागेर कुशल आजीविकामा प्रसन्न वन ।।५।।**

सात कुशल कर्म र तीन कुशल मार्ग (पथ) गरी दशवटा कर्मपथहरू हुन्छन्। जीउबाट प्राणी हत्या, चोरी र काम मिथ्याचार गर्नु हुँदैन। वोलीबाट झूट बोल्ने (ढाँट्ने), चुक्ली लगाउने, कठोर बचन बोल्ने र बकवास (फोगटिया कुरा) बोल्ने गर्नु हुँदैन। मनबाट अभिध्या (लोभ), बदलाको भावना (व्यापाद) र मिथ्या दृष्टि त्याग्नु पर्छ। यसरी जीउका तीन, बोलीका चार र मनका तीन अकुशल कर्महरू त्यागेर सधैं सम्यक् दृष्टिमा भर पर्नु पर्छ। (परिशिष्ट हेर्नु होला)

आफैं नै पाप (प्राकृतिक अवद्य) नभए पनि आफ्ना इन्द्रियहरूको शक्तिलाई क्षीण पार्ने भएकाले जाँड रक्सी त्याग्नु पर्छ। अरुलाई हानि नपुऱ्याइकन अप्रमाद (नमातिने) को हेतु भएको सम्यक् आजीविका अपनाउनु पर्छ। यसो गर्नाले पछि विशेषगरी देव लोक प्राप्त हुन्छ।

*त्यागानुस्मृति*

**धन सम्पत्तिलाई अस्थिर र निस्सार हो**
**भन्ने जानेर भिक्षु, ब्राम्हण, गरीब गुरुवा**
**र साथी भाइलाई नियमपूर्वक दान गर्नुपर्छ ।**
**दानभन्दा उत्तम मित्र अर्को छैन ।।६।।**

धन सम्पत्ति अनित्य भएकाले अस्थिर छन् । मनमा लिनको लागि कुनै सार छैन । जति संग्रह गरेपनि सन्तुष्टि हुँदैन भने जानेर गुण क्षेत्ररूपी भिक्षु र ब्राम्हण, दु:ख क्षेत्ररूपी गरीब गुरुवा र उपकारक क्षेत्ररूपी इष्टमित्रलाई अशुद्ध दान त्यागेर विशुद्ध आशयले नियमपूर्वक वस्तुहरूको दान गर्नुपर्छ । संसारबाट मुक्त हुन दानभन्दा उत्तम साथी अर्को छैन ।

*शीलानुस्मृति*

**निर्दोष, सुसम्पन्न, अमिश्रित र निष्कलंक**
**शीलको तिमीले पालन गर्नु पर्छ । चराचर**
**जगतको आधार पृथ्वी भए जस्तै**
**सम्पूर्ण गुणहरूको आधार शील हो ।।७।।**

तिम्रो शील खराब शीलहरू (दु:शील) का दोषहरूबाट मुक्त भएको निर्दोष (नबिग्रेको) हुनुपर्छ । दु:शीलको प्रतिपक्षरूपी सबै अङ्गले पूर्ण भएकोलाई सम्पन्न वा विशालताले युक्त हुनु भनिन्छ । निर्वाणको शान्तिमा रहेको वा लौकिक मार्गहरू मिसाइएको हुनु हुँदैन । त्यस्तै दु:शीलको हेतुरूपी क्लेशयुक्त नराम्रो आशयहरूले नछोइएको हुनुपर्छ । त्यस्तो विशुद्ध शीलका चार गुणहरूलाई पालन गर्नु पर्छ । मानिस जस्ता चल र पर्वत, घर जस्ता अचलको आधार पृथ्वी भए जस्तै अभ्युदय (लोकमा सुख) र नि:श्रेयस् (निर्वाण) का सम्पूर्ण गुणहरूको आधार शील हो ।

मार्गको स्वरूपलाई पनि संक्षिप्त, विस्तृत र त्यसको भावना गर्न उत्साह जगाउने उपदेश गरी तीन भागमा बाँडिएको छ ।

*संक्षिप्त*

**दान, शील, क्षान्ति, वीर्य, ध्यान र प्रज्ञा अप्रमेय**
**पारमिता हुन । यिनीहरूलाई विकास गरी**
**भवसागरबाट पार भएका जिनेन्द्र वन ।।८।।**

उपाय कौशल्यद्वारा दान, शील, क्षान्ति, वीर्य, ध्यान र प्रज्ञालाई व्यापक, अप्रमेय र त्रिकोटिमा अविकल्प भएको प्रज्ञाले ग्रहण गरे पछि पारमिता बन्छन् । त्यस्ता पारमिताहरूलाई आफ्नो चित्त सन्तान (मन) मा विकसित गरेरले भवसागरवाट पार भएको जिनेन्द्र (वुद्ध) वन ।

*दान पारमिता*

**जुन कुलमा आमा र बुवाको पूजा हुन्छ,**
**त्यो कुल ब्रह्मा र आचार्यहरू आदिले युक्त हुन्छ ।**
**उहाँहरूको पूजाबाट लोकमा ख्याति प्राप्त हुन्छ**
**र मरेपछि स्वर्ग प्राप्त हुन्छ ।।९।।**

जुन परिवारमा आमा र बुबाको सम्मान र पूजा हुन्छ त्यो परिवारमा ब्रह्मा र गुरुहरू रहन्छन् । लोकमा पूजा गर्न योग्य तिनीहरूसँग अलग नभई तिनीहरूको पूजा गर्दा यो जीवनमा पनि उन्नति हुन्छ र अर्को जीवनमा उच्च लोक (स्वर्ग) मा जन्म हुन्छ ।

शील पारमिता : यसमा चार कुराहरू आउँछन्

*पालन गर्नुपर्ने शील (चारित)*

**प्राणी हिंसा, चोरी, व्यभिचार, झूट बोल्ने,**
**मदिरा सेवन, विकाल भोजनमा आसक्ति,**
**अग्लो खाटमा आनन्दपूर्वकको सुताई, गीत,**
**नाच र मालालाई त्याग्नु पर्छ । अर्हत्हरूको**
**शील अनुसरण गरेर यी आठ अङ्गहरूले युक्त**
**भएको उपोषधको पालना गर्नुपर्छ । यसबाट**
**पुरुष र स्त्री दुवैलाई मनोरम कामावचर**
**देवकाय प्राप्त हुन्छ ।।१०–११।।**

अरुलाई हिंसा गर्ने भन्नाले हेतुको नामबाट बताएको प्राणी हत्या हो । चोरी भनेको अरुले नदिइकन लिनु हो । त्यस्तै काममिथ्याचार र झूटो बोली त्याग्नु जस्ता चारवटा शीलका अङ्गहरू हुन् । जाँड, रक्सीको त्याग अप्रमादको अङ्ग हो । व्रतका तीन अङ्गमा विकाल भोजन त्याग्ने, अग्लो ओछ्यानमा नरमाउँनु र गीत, नाच तथा मालामा रमाउने काम त्याग्ने पर्छन । विकाल भोजन भन्नाले दिउँसोको खाना आसक्त भएर खानु हो । वचनको अंलकाररूपी गीत, शरीरको अंलकाररूपी नृत्य, माला जस्ता कुराहरू त्याग गर्नु पर्छ ।

अगाडिका आर्य अर्हतहरूले शील पालन गरे जसरी नै यी आठवटा अङ्गहरूको पालन गर्नुलाई उपोषध भनिन्छ । यसो गर्नाले कामावचार लोकको देवको सुन्दर काय प्राप्त हुन्छ । नपुंसकलाई नदिएर पुरुष र स्त्रीलाई मात्र त्यस्तो शील दिनु पर्छ ।

*शीलसँग प्रतिकुल हुने कुराहरूको त्याग (वारित)*

**मात्सर्य, शाठ्य, माया, आसक्ति, आलस्य,**
**अभिमान, राग, द्वेष तथा कुल, रूप, श्रुत,**
**यौवन र महाभागको मदले गर्दा धेरै दुःख हुने**
**हुँदा ती सबैलाई शत्रुको रूपमा हेर्नु पर्छ ।।१२।।**

सम्पत्तिको दान गर्ने चाहना नहुनु मात्सर्य (कन्जुस्याँइ) हो भने आफ्ना दोषहरूलाई लुकाउनु शाठ्य (धूर्तता) हो । आफूमा नभएका गुणहरू भएको जस्तो देखाउन खोज्नु माया (छल) हो । सम्पत्ति (भोगविलास) र स्त्रीसँग संभोगको सुखमा लाग्नु आसक्ति हो । त्याग्ने र ग्रहण गर्ने (हेय र उपादेय) का कुनै पनि क्रियाकलापमा नलाग्नु आलस्य (अल्छी) हो । आफूसँग विशेष गुण नै नभईकन पनि भएको जस्तो सम्झनु अभिमान हो । स्राश्रव विषयहरू (वाहिरी वस्तु) आकर्षक भएमा राग र मन नपर्ने भएमा द्वेष हुन्छ । राज कुल (क्षत्रीय), ब्राह्मण कुल जस्तो जात, सुन्दर रूप, बौद्ध र अबौद्ध धेरै विद्याहरू अध्ययन गरेको पढाई, यौवन, आफू शक्तिशाली छु भन्ने जस्ता कुरा मद (घमण्ड) हुन् । तिनीहरूप्रति आसक्त भई त्यसैमा रस लिनुलाई शत्रु झै ठान्नु पर्छ ।

*त्यसमा अनुकुल हुने अप्रमादको अभ्यास :*

**अप्रमाद अमृत पद हो भने प्रमाद मृत्यु**
**पद हो भनी मुनिले बताउनु भएको छ ।**
**त्यसैले तिमीले कुशल धर्म फैलाउनको**
**लागि आदरपूर्वक सधैं अप्रमादी वन ।।१३।।**

कुशलधर्मको भावना गरेर आस्रबहरूबाट चित्तलाई रक्षा गर्नु अप्रमाद हो । यो अमृतको अवस्था (पद) रूपी अमर निर्वाण हो भने पमाद चाँहि संसारमा मृत्युको अवस्था हो भनी भगवान् बुद्धले बताउनु भएको छ । सूत्रमा यस्तो बताइएको छ –

अप्रमादो अमृतपदम् प्रमादो मृत्यु पदम्
अप्रमत्ता न मृयन्ते ये प्रमत्ता यथा मृत्ताः । (धर्मपदः २१)

त्यसो हुनाले तिम्रो कुशल धर्म उत्तरोत्तर (झन झन) बढाउनको लागि कुशल धर्ममा श्रद्धापूर्वक सधै अप्रमादी भएर लाग ।

*अप्रमादको फाइदा उदाहरणद्वारा दर्शाइएको :*

**अगाडि प्रमादी भए पनि पछाडि अप्रमादी**
**भएमा नन्द, अङ्गुलीमाल, अजातशत्रु र**
**उदयन जस्तै बादल हटेपछिको**
**चन्द्रमा जस्तै सुन्दर बन्छन ।।१४।।**

कोही व्यक्ति पहिले प्रमादी भएपनि पछि अप्रमादी भएको कुरालाई बादलबाट मुक्त सुन्दर चन्द्रमासँग तुलना गरिन्छ । रागले ग्रस्त भई नन्द, मोहले गर्दा गलत गुरुको छलमा परेर नौ सय उनान्सय जना व्यक्ति मारेका अंगुलीमाल, द्वेषले गर्दा पापी मित्रको वशमा परेर आफ्नो बाबुलाई हत्या गरेको राजा अजातशत्रु र राग तथा द्वेष दुवैले युक्त उंदयनले अरु केटीसँग व्यभिचार गर्न आफ्नै आमालाई हत्या गरेको भएपनि पछाडि तिनीहरूको प्रतिपक्षरूपी धर्ममा आश्रित भएर अभ्यास गर्दा अगाडिका दुई जना (नन्द र अङ्गुलीमाल) अर्हत् भए भने अजातशत्रु बोधिसत्व भए । त्यस्तै उदयन देवलोकमा जन्मेर सत्यलाई देख्न सके ।

क्षान्ति पारमिता : यसमा चार कुरा आउँछन्

*हेतुरूपी क्रोध त्याग्ने उपदेश :*

**क्षान्ति तुल्य तपस्या अर्को नभएकोले**
**तिमीले पनि क्रोध आउने मौका नै नदेऊ ।**
**क्रोधलाई त्यागेर अवैवर्त्तिक अवस्था प्राप्त**
**हुन्छ भनी भगवान् बुद्धले बताउनु भएकोछ ।।१५।।**

यसरी क्षान्ति (सहनशीलता) वरावरको तपस्या अर्को नभएको हुनाले तिमीले शुरु देखि नै रीस उठ्ने मौका नै नदेउ । रीस त्यागदा अवैवर्त्तिक फल पाइनेछ भनी भगवान् बुद्धले यसरी बताउनु भएको छ – "हे भिक्षुहरू हो ! क्रोध त्यागेर तिमीहरू अवैवर्त्तिक अवस्थामा पुग्नेछौं ।"

*फलरूपी उपनाह (ईख) त्याग्ने*

**मलाई अपमान गर्‍यो, कुरा काट्यो,**
**हरायो, मेरो सम्पत्ति चोरेर लग्यो भने**
**ईखले झगडा हुन्छ । यस्तो ईख त्याग्ने**
**व्यक्ति सुखले निदाउँछ ।।१६।।**

मलाइ या शत्रुले साँच्चिक अपशब्दले अपमान गर्‍यो, अप्रत्यक्ष रूपमा कुरा काट्यो, अनुचित वल प्रयोग गरी मलाई हरायो, मेरो सम्पत्ति चोरेर लगेको थियो भनेर अगाडिको बैरभाव (ईख) भएको चित्तले गर्दा जीउ र बोलीद्वारा झगडा हुन्छ। त्यस्तो बैरभाव त्याग्दा मनको पीडा नहुने भएको हुनाले सुखपूर्वक निदाउन सकिन्छ।

*प्रसँगवश आधार चित्तको विशेषता*

**चित्तलाई पानी, भुँइ र ढुंगामा लेखेको चित्रहरू**
**जस्तै हो भनेर सम्झ । तीमध्ये क्लेश भएको**
**मनलाई पहिलो चाँहि हुनु पर्छ भने धर्म चाहने**
**मनलाई अन्तिम चाँहि राम्रो हुन्छ ।।१७।।**

सत्वहरूको चित्तको अवस्था (रीति) लाई पानी, भुँई र ढुंगामा कोरेको चित्रसँग तुलना गरिन्छ। यसले अस्थिर, स्थिर र अतिस्थिर अवस्था बुझाउँछ। तीमध्ये क्लेश भएको मन चाँहि पहिलो प्रकारको पानीमा चित्र लेखेको जस्तो अस्थिर भएमा राम्रो हुन्छ। धर्ममा प्रवेश गर्न चाहने व्यक्तिको कुशल चित्त चाँहि अन्तिम उदाहरण ढुंगामा चित्र लेखेको जस्तो छिनछिनमा नवदलिने स्थिर भएमा उत्तम हुन्छ।

*क्रोधको प्रत्यय कठोर बचनलाई त्याग्ने*

**जिनले मधुर भाषी, सत्य भाषी र मिथ्या**
**भाषी गरी तीन प्रकारका व्यक्ति हुन्छन् ।**
**तिनीहरूको वोलीलाई मह, फूल र मलसँग**
**तुलना गर्न सकिन्छ भन्नु भएको छ ।**
**तीमध्ये अन्तिमलाई त्याग ।।१८।।**

भगवान् बुद्धले अनुकूल (मिल्दो) कुरा बोल्ने मधुरभाषी, सत्य जस्तो छ त्यस्तै बोल्ने सत्यभाषी र नमिल्दो तथा नबुझेर बोल्ने मिथ्याभाषी गरी तीन प्रकारका व्यक्ति हुन्छन् भन्नु भएको छ। तिनीहरूलाई क्रमश: मह, फूल र मलसँग तुलना गर्नु भएको छ। यी तीनमध्ये अन्तिम मात्र त्याग्नु पर्छ।
वीर्य पारमिता : यसमा दुई छन्।

*वीर्यको आधार :*

**उज्यालोबाट अन्तमा उज्यालो मै पुग्ने,**
**अन्धकारबाट अन्तमा अन्धकार मै पुग्ने,**
**उज्यालोबाट अन्तमा अन्धकारमा पुग्ने**
**र अन्धकारबाट अन्तमा उज्यालोमा पुग्ने**
**जस्ता चार पुरुषमध्ये पहिलो जस्तो वन । ।।१९।।**

उज्यालोबाट अन्तमा उज्यालो मै पुग्ने भन्नाले यहाँ सुखी प्राणी पछि पनि सुखी नै हुने भन्ने बुझिन्छ । अंध्यारोबाट अन्तिममा अंध्यारो मै पुग्ने भन्नाले यहाँ दुःख पाएका र पछि पनि दुःख नै पाउने प्राणीहरू भन्ने बुझिन्छ । उज्यालोबाट अन्तमा अध्यारोमा पुग्ने भन्नाले यहाँ सुख भएका पछि दुःख पाउने प्राणीलाई बुझिन्छ र अंध्यारोबाट अन्तमा उज्यालोमा पुग्ने भन्नाले यहाँ दुःख भएपनि पछि सुख पाउने पुद्गल (ब्यक्ति) लाई बुझाउँछ । यी चार प्रकारका पुद्गलहरूमध्ये पहिलो अर्थात् सुखबाट सुख मै जाने ब्यक्ति वन । (यहाँ उज्यालोले सुखलाइ जनाउँछ भने अध्यारोले दुःखलाई जनाउँछ) ।

*बिशुद्ध ईच्छा र चर्या जसरी नै वीर्य गर्ने उपदेश :*

**मानिसहरूलाई आँपको फल जस्तै नपाके**
**पनि पाके जस्तो देखिने, पाकेर पनि नपाके**
**जस्तो देखिने, नपाकेर नपाकेको जस्तै देखिने र**
**पाकेर पाकेकै जस्तै देखिने हुन्छन् भनेको जस्तो बुझ ।।२०।।**

मानिसहरू आँप जस्तै भित्र र बाहिर पाकेको र नपाकेको गरी चार प्रकारका हुन्छन् । तीमध्ये भित्र नपाके पनि बाहिरबाट हेर्दा पाकेजस्तो देखिने, भित्र पाकेको तर बाहिरबाट हेर्दा नपाकेको जस्तो देखिने, भित्र नपाकेर बाहिरबाट नपाकेजस्तो देखिने, भित्र पाकेकोमा बाहिरबाट पनि पाकेको जस्तै देखिने गरी चार प्रकारका हुन्छन् भनी जान ।

ध्यान पारमिता :

यसमा तयारी, मूल र अन्त गरी तीनवटा छन् । तयारीमा प्रतिकुल अवस्थाको रूपमा चंचलता त्याग्ने र अनुकुल अवस्था चार ब्रह्म विहारहरूको अभ्यास पर्छन । चंचलता पनि चार प्रकारका हुन्छन् । विषय, आठ लौकिक धर्महरू, सम्पत्ति र भोगबाट चंचलता हुन्छ । विषय (वस्तु) बाट हुने चंचलतालाई भित्री संज्ञा (चिनाई) नै बदलेर इन्द्रियहरूलाई पुरै जोगाउने र विषयको लक्षणलाई जानेर

राग त्यागने जस्ता दुई तरीकाहरू छन् । इन्द्रिय जोगाउने विषयमा चार कुराहरू छन् ।

*अरुका श्रीमतीप्रतिको आसक्तिबाट इन्द्रियलाई जोगाउने उपदेश :*

**अरुका श्रीमतीलाई आँखा नलगाऊ,**
**हेरे पनि उमेर अनुसार आमा, छोरी**
**र वहिनीको भावना उत्पन्न गर्नु, त्यसो**
**गर्न नसकी राग उत्पन्न भएमा अशुचिको**
**रूपमा सम्यक रूपले सोच ।। २१ ।।**

परस्त्री (अरुका स्वास्नी) लाई नराम्रो किसिमले हेर्नु हुँदैन । स्वभाविक रूपमा हेरे पनि उमेर अनुसार आफूभन्दा जेठी भएमा आमा जस्तो, कान्छी भएमा छोरी जस्तो र उस्तै उमेरकी भए बहिनी जस्तो ठान्नु पर्छ । यदि त्यसो गर्न नसकी राग उत्पन्न हुन्छ भने उनीहरूको शरीरलाई फोहर वस्तुको रूपमा राम्रोसँग विचार गर्नु पर्छ ।

*अन्य रागबाट इन्द्रियलाई नियन्त्रण गर्ने उपदेश :*

**चञ्चल मनलाई श्रुति, पुत्र, निधि, प्राण**
**समान, दुष्ट, विष, अस्त्र, शत्रु र आगोबाट**
**जोगाए जस्तै कामसुखबाट मनलाई जोगाउनु पर्छ । ।।२२।।**

एक छिन पनि नअडिकन चलिरहने मनलाई श्रुति, पुत्र, निधि (सम्पत्ति) र प्राणलाई जोगाए जस्तै जोगाउनु पर्छ । त्यसमध्ये श्रबणको बेलामा श्रबणको बिषय (सुन्नु पर्ने कुरा) नसुनिकन छरिएर त्यसपट्टिको शब्द नसुनेर सुन्नु पर्ने कुरामा मात्र मनलाई राख्नु पर्छ । सानो सुन्दर छोरालाई आमाले भीर आदिबाट खस्ला भनेर सधैं जोगाउँछिन् । महानिधिलाई चोरले लैजाला भनेर सधैं जोगाइन्छ । हाम्रो अमूल्य प्राण जाला भनेर सधैं जोगाइन्छ । यी उदाहरणहरूलाई सम्झेर यो मनलाई अरु ठाँउमा जानबाट जोगाउनु पर्छ । दुष्ट सर्प जस्तो, विष, धारिलो हतियार, शत्रु, आगोको ज्वाला जस्तै ठानेर कामसुखलाई पनि त्यस्तै सम्झ ।

*इन्द्रिय नियन्त्रण नगर्दाको बेफाइदा :*

**रागले अन्तिममा दोष नै पैदा गर्छ । जिनेन्द्रले**
**यसलाई किम्पाक फलसँग तुलना गर्नु भएको छ ।**
**त्यसलाई त्याग गर । यसको सिक्रीले**
**कारागाररूपी संसारमा बाँध्छ ।।२३।।**

चित्तलाई नियन्त्रण नगरेमा के हुन्छ भनेर सोच्ने हो भने राग व्यर्थ भएकाले धेरै दोषहरू उत्पन्न गर्छ । जिनेन्द्र (बुद्ध) ले यसलाई किम्पाक फलसँग तुलना गर्नु भएकोछ । स्मृत्युपस्थान सूत्र अनुसार किम्पाक फल पश्चिम दिशाको सागरको टापूमा हुने रुखमा फल्छ । यसको गुलियो फललाई विहान खाएमा दिउसो सम्ममा खाने व्यक्तिको मृत्यु हुन्छ । त्यसकारण तिनीहरूलाई त्याग गर किनकि त्यसको रागको सिक्रीले कैदरूपी संसारमा असहायरूपमा बाँध्छ ।

*इन्द्रिय नियन्त्रणको प्रशंसा*

**सधैं अस्थिर र विषयहरूमा दौडि रहने छ**
**इन्द्रियहरूलाई जित्ने वीर र युद्धमा**
**शत्रुहरूलाई जित्ने वीरमध्ये विद्वानहरू**
**पहिलोलाई नै परम वीर ठान्दछन ।।२४।।**

आँखा आदि छइन्द्रियहरू रूप जस्ता आफ्नो विषयमा सधैं अस्थिर रूपमा चलिरहन्छन । त्यस्ता इन्द्रियहरूलाई जितेर स्थिर बनाउने व्यक्तिहरू र अर्को तर्फ युद्ध मैदानहरूमा शत्रु पक्षका सेनाहरूलाई जित्ने व्यक्तिहरूमध्ये विद्वानहरूले पहिलो थरि व्यक्तिहरूलाई परम वीर ठान्छन् । यसको कारण के हो भने वीर भनेको स्थिरताको नाम हो । वीरको अर्थ अरुका वशमा नपरेको भन्ने हुन्छ । युद्ध मैदानमा शत्रुलाई जित्नु गाह्रो हैन । अनादि कालदेखि वानी परेको वासनाले गर्दा इन्द्रियहरू विषयको पछि लाग्नुलाई जित्न गाह्रो हुन्छ । तिनीहरूलाई जित्न युद्ध मैदानका सेना जित्नभन्दा गाह्रो हुन्छ । तिनीहरूलाई जित्न युद्ध मैदानका सेना जित्नभन्दा हजार गुणा वढी गाह्रो हुन्छ । संक्षेपमा भन्ने हो भने युद्धको मैदानमा त पशुले पनि जितेका हुन्छन् भने इन्द्रियहरूलाई विषयहरूमा लाग्नबाट जित्न इन्द्रलाई पनि गाह्रो हुन्छ ।

विषयको लक्षण जानेर राग त्याग्ने

*कामधातुमा रागको मूल स्त्रीको शरीरलाई पूर्ण रूपमा जानेर आसक्ति त्याग्ने*

**कुनै युवतीको शरीरलाई छुट्याएर हेर्दा दुर्गन्धी,**
**नौ द्वार भएको, सबै प्रकारका फोहर वस्तुले**
**भरिएको, भर्नलाई अति गाह्रो भाँडो जस्तो छालाले मात्र**
**ढाकिएको अलंकारहरूबाट पृथक रहेको रूपमा हेर । ।।२५।।**

कुनै युवती स्त्रीको शरीरलाई हेरेर बुझ्ने हो भने दुर्गन्ध र नौं वटा प्वालहरू भएको, दुर्गन्ध मात्र भरिएको नभएर दिशा, पिशाव, रगत जस्ता वत्तीस प्रकारका वस्तुहरू भरिएको भाँडो जस्तो, खानपिन आदि जति राखे पनि भर्न गाह्रो

देखिन्छ । त्यस्तो अशुद्ध भाँडोलाई छालाले मात्र ढाकेको छ । त्यसमा लगाइएका सुन चाँदीका गहना र बस्त्र आदिलाई पनि हेरेर शरीर र गहनालाई अलग अलग पारेर हेर्नु पर्दछ । (राजालाई लेखेको पत्र हुनाले स्त्रीहरूप्रतिको आसक्तिको उल्लेख गरिएको हो । स्त्रीहरूले पुरुषहरूप्रति आसक्ति भएमा पुरुषहरूको जिउलाई पनि त्यस्तै संझनु पर्छ ।)

*सबै रागहरूको तरिका जानेर आसक्ति त्याग्ने*

**जसरी कुनै कुष्ठ रोगीलाई कीटाणुहरूले**
**दु:ख दिँदा सुख पाउनको लागि आगो**
**ताप्दा पनि शान्त नभए जस्तै कामको**
**आसक्तिलाई पनि त्यस्तै सम्झनु पर्छ ।।२६।।**

जसरी कुष्ठ रोगीको छालाभित्र रहेका कीटाणुहरूले दु:ख दिँदा शान्ति पाउनको लागि आगो ताप्दा त्यस बेला ती किटाणुहरू केही समय नचल्दा फाइदा भए जस्तो भए पनि त्यो रोग शान्त भएको हुँदैन । फेरि पनि पीडा हुन थाले जस्तै काम वासनाप्रतिको आसक्ति पनि शान्त नभएर फेरि झन् फैलेर आउँछ भनी बुझ्नु पर्छ ।

भित्री आठ लौकिक धर्मले गर्दा हुने चंचलतामा प्रतिपक्ष र त्यागिने कुरा गरी दुई छन् । प्रतिपक्षमा वास्तविक प्रतिपक्ष तथा प्रतिपक्ष हुनु र नहुनुको गुण दोष देखाइएको गरी दुई छन् ।

*वास्तविक प्रतिपक्ष*

**परमार्थ दर्शनको लागि सबै वस्तुहरूमा**
**नियमपूर्वक मनसिकार गरेर त्यसमा**
**बानी पार । किनकि त्यो समान गुण**
**भएको कुनै पनि धर्म छैन ।।२७।।**

परमार्थ अवस्थिति अनित्य, दु:ख, शून्य र अनात्मा हो । त्यसको अर्थ देख्नको लागि बस्तुहरूको अवस्थिति जस्तो छ त्यस्तै रूपमा मनसिकार गर्न (मन त्यसतर्फ लगाउन) बानी पार्नु पर्छ । त्योभन्दा स्तुति गर्न योग्य गुण भएको धर्म अर्को छैन । त्यसैले नै मनको शत्रुलाई खतम् पार्छ ।

*प्रतिपक्ष हुनुको गुण र नहुनुको दोष*

**उच्च कुलमा जन्मेको, रूपवान् र श्रुतवान्**
**व्यक्तिहरूमा प्रज्ञा र शील छैनन् भन्ने**
**सम्मान गर्न योग्य हुदैनन । जसमा ती दुई**
**गुण छन तर अरु गुणहरू छैनन्**
**भने पनि पूजा गर्न योग्य हुन्छन् ।।२८।।**

कुनै व्यक्ति उच्च कुलको, राम्रो रूप भएको, धेरै पढेको (बहुश्रुतवान्) भए पनि परमार्थ सत्यलाई नियमपूर्वक चिन्तन गर्ने प्रज्ञा र उचित प्रकारको शील छैन भने पूजा गर्न योग्य हुदैन । त्यसैगरी कुनै व्यक्तिमा नियम पूर्वक सोचेर आचरण गर्ने प्रज्ञा गुण छ भने ती दुई गुणहरू (शील र प्रज्ञा) भएको व्यक्तिमा उच्च जात जस्ता गुणहरू नभए पनि त्यो पूजा (सम्मान) गर्न योग्य हुन्छ ।

त्यागनु पर्ने कुरा
*वास्तविक आठ लौकिक धर्महरू*

**हे लोकविद ! लाभ–अलाभ, सुख–दुख, यश–अपयश एवं**
**प्रशंसा–निन्दा आठ लौकिक धर्महरू हुन । यिनीहरू आनो**
**मनका विपय हैनन भनी उपेक्षा भावमा रहु ।।२९।।**

लोकको नीति राम्रोसँग जानेको हुनाले लोकविद् भनेर सम्वोधन गरिएको हो । सम्पत्ति भोग गर्न पाउनु, नपाउनु, शरीर र मनलाई सुख वा दु:ख हुनु, कानमा प्रिय वा अप्रिय वचन पर्नु, अगाडि प्रशंसा गर्नु र पछाडि निन्दा गर्नु आठ लौकिक धर्महरू हुन । लौकिक (सांसारिक) व्यक्तिहरू यिनै आठ वटामा रहन्छन्, यी आठ वटाबाट पार हुन सक्तैनन् । यी आठ लौकिक धर्महरू सदपुरुषका चित्तका विषय कुनै हालतमा पनि हुन नसक्ने भएकाले प्रशंसा र निन्दा जेसुकै भए पनि तिनीहरूप्रति उपेक्षा भाव राख्नु पर्दछ ।

*आठ लौकिक धर्मको फलरूपी पाप त्यागने उपदेश*
*वास्तविक पाप*

**तिमीले ब्राह्मण, भिक्षु, देव, पाहुना, बाबु आमा, श्रीमती**
**र परिवारको लागि पनि पाप नगर । नरक फल**
**भोग्नु पर्ने बेलामा उनीहरूले भाग लिदैनन् ।।३०।।**

तिमीले आफ्नो लागि मात्र नभएर ब्राह्मण, भिक्षु, देव, मित्ररूपी पाहुना, आमा, बाबु, पत्नी र परिवारको लागि पनि कुनै प्रकारको पाप कर्म नगर । उक्त पाप कर्मको फलको रूपमा नरकको दु:ख भोग्ने वेलामा ती व्यक्ति उक्त कर्म फल विपाकमा सहभागी हुँदैनन अर्थात् उनीहरूले तिमीले भोग्ने दु:ख आफूले लिन सक्तैनन् ।

*पाप त्याग्ने तरिका*

**पाप कर्म गर्ने जो कोहीलाई पनि**
**हतियारले तुरुन्तै काटेको जस्तो**
**नभए पनि मर्ने समयमा पापकर्मको**
**फल त्यसलाई प्रत्यक्ष हुन्छ ।।३१।।**

पाप कर्महरू गरेकै बेलामा हतियारले काटिहालेको जस्तो कर्मको फल देखा पर्दैन । मर्ने बेलामा अकुशल कर्मरूपी पापको फल दु:खको रूपमा प्रत्यक्ष देखा पर्छ । यसलाई आकाशमा उडेको चराको छाँया भुँइमा परेकोसँग तुलना गर्न सकिन्छ ।

*धन सम्पत्तिको कारण चञ्चलता*
*त्याग्ने र लिने सम्पत्तिको भेदको व्याख्या*

**निर्मल श्रद्धा, शील, श्रुति, त्याग, ह्री,**
**अपत्राप्य र प्रज्ञा सात आर्य धन हुन**
**भनी मुनिले बताउनु भएको छ । अरु**
**धनलाई सामान्य र व्यर्थ हुन् भनी बुझ ।।३२।।**

श्रद्धा, शील, श्रुत र त्यागमा अंभ्यस्त हुनु, आफूलाई हेरेर गरिने ह्री (लज्जा), अरुलाई हेरेर गरिने विशुद्ध अपत्राप्य र प्रज्ञा आर्यका सातवटा धन हुन् भनी भगवान् बुद्धले बताउनु भएको छ । यी धनहरूले आफू र अरुका तात्कालिक र परमार्थ (अन्त) को दरिद्रता हटाएर धेरै मात्रामा फाईदा पुऱ्याउँछन् । अन्य साधारण सम्पत्तिहरू अनित्य भएकोले हामीलाई झुक्याउने र वाध्ने हेतु हुने भएकाले फाइदा पुऱ्याउदैनन् भनी जान ।

*विशेषगरी तुच्छ सन्तुष्टिका कर्म त्याग ।*

**जुवा खेल्नु, उत्सव हेर्नु, आलस्य हुनु, खराव**
**साथीहरूको संगत गर्नु, मदिरा सेवन गर्नु,**
**रातमा हिड्नु, दुर्गतिका कारण हुन र अपयश**
**फैलाउने भएकाले यी छ वटालाई त्याग ।।३३।।**

विशेष गरि कौडा आदि प्रयोग गरेर जुवा, तास खेल्नु, हाट बजार जस्तो उत्सवहरूमा घुमफिर गर्नु, वीर्य (प्रयत्न) घटाउने आलस्य, पापी मित्रहरूको संगत गर्ने, जाँड रक्सी पिउने र राती हिँडडुल गर्ने काम दुर्गतिमा जाने हेतु बन्छन । यो जीवनको यश (कीर्ति) घटाउने कारण भएकाले यी छवटालाई त्याग्नु पर्छ ।

*त्यागको प्रतिपक्ष*
*प्रतिपक्षको फाईदा*

**सन्तोष नै परम धन हो भनी देवमनुष्यका**
**शास्ताले बताउनु भएको छ । सधैं सन्तोषी**
**बन । सन्तोषी हुन जानेमा भौतिक सम्पत्ति**
**नभएपनि साँच्चिकै धनी भइन्छ ।।३४।।**

सम्पूर्ण धनहरूमध्ये कम चाहना राख्ने सन्तुष्टि नै उत्तम धन हो भनी देवमनुष्यका शास्ता (भगवान् बुद्ध) ले बताउनु भएको छ । त्यसै कारण सधै सन्तुष्ट बन । सन्तुष्ट हुन जानेमा सुन आदि द्रव्य सम्पत्ति नभए पनि बिशुद्ध फल भोगिन्छ किनकि त्यहाँ सन्तुष्टि हुन्छ ।

*प्रतिपक्ष प्रयोग नगर्दाका दोषहरू :*

**हो नायक ! श्रेष्ठ नागराजको शिरमा जति**
**धेरै फणा हुन्छन् त्यति नै दु:ख भए जस्तै**
**धेरै धनी व्यक्तिलाई धेरै दु:ख हुन्छ भने चाहना**
**कम भएका व्यक्तिलाई दु:ख पनि कम हुन्छ ।।३५।।**

नायक भनेर शान्त भई नम्र भएका भनिएको हो । सम्पत्ति धेरै भएका व्यक्तिलाई कमाउन र जोगाउन जति धेरै दु:ख हुन्छ, चाहना कम भएको व्यक्तिलाई त्यति दु:ख हुँदैन । उदाहरणको लागि नागको जति धेरै सम्पत्ति भयो उति नै टाउकामा फणाहरू हुने भएकाले त्यसबाट उत्पन्न हुने रोग र दु:ख पनि त्यति नै बेहोर्नु पर्छ ।

भोग बिलासले गर्दा हुने चन्चलता
परिवार
*अ) त्याग्नु पर्ने*

**स्वभावैले शत्रुसँग सम्बन्ध भएको कसाही**
**जस्ती, पतिलाई अपमान गर्ने मालिक्नी जस्ती,**
**साना तिना कुरा चोरी रहने चोर्नी जस्ती तीन**
**प्रकारका पत्नीहरूलाई त्याग्नु पर्छ । ।।३६।।**

स्वभावले नै शत्रुसँग सम्बन्ध राखेर काटमार गर्ने हत्यारा जस्ती, पतिलाई अपमान गर्ने "मालिक्नी" जस्ती र साना ठूला जस्ता सुकै चीज पनि चोरी रहने चोर्नी पत्नीलाई परित्याग गर्नुपर्छ।

*आ) ग्रहण गर्नुपर्ने :*

> **बहिनी जस्ती मिलनसार, प्रेमिका जस्तै**
> **मनमोहक, आमा जस्तै हितकारी र सेविका जस्तै**
> **आज्ञाकारी पत्नीलाई कुल देवता झैं पूजा गर्नु ।।३७।।**

बहिनी जस्तै आफूसँग मिल्ने, प्रेमिका जस्तै आनन्ददायी, आमा जस्तै आफ्नो हित चाहने र आफ्नै अधीनमा भएकी पत्नीबाट कुलको विनाश नहुने भएकाले कुलदेवता झैं पूजा गर्नु पर्छ।

*भोजन*

> **खानालाई ओखती जस्तो मानेर राग र द्वेषबाट**
> **मुक्त भई ग्रहण गर । मान, गर्व र सुन्दरता**
> **बढाउनको लागि नभएर शरीर चलाउनको**
> **लागि मात्र भोजन गर ।।३८।।**

खानालाई ओखती जस्तो सम्झेर वा बुझेर रोग निको पार्नको लागि मात्र ओखती खाए जस्तै गरी खाना खानु पर्छ । त्यसमा पनि राग द्वेषको आशय नलिइकन भोजन गर्नुपर्छ। विशेष गरी मान बढाउनको लागि नखानु भन्नाले शरीर बलियो पारेर धनुष बङ्ग्याउने जस्तो बल प्राप्त गर्नको लागि खाने, वलवान वन्नको लागि खाने, लामो समयसम्म यैावन कायम राख्नको लागि खाने, यौवनको मद कायम राख्नको लागि खाने, त्यसै गरी रोग नलागोस् भनेर खाने, धेरै समय बाँच्नको लागि खाने आदि चाँहि मदको लागि खानु हो । फेरि धेरै रसिलो खाना खाएर वलियो भई अरुको स्वास्नीसँग सम्भोग गर्न र शत्रुहरूलाई खतम पार्नको लागि खाना खानु चाँहि घमण्ड बढाउँनको लागि खाना खानु जस्तै हो।

*निन्द्रा*

> **हे विद्यावान् ! सम्पूर्ण दिन तथा रातको पहिलो**
> **र अन्तिम प्रहरलाई राम्रो काममा लगाउ ।**
> **त्यसको अलवा रातको मध्य प्रहरमा पनि**
> **स्मरणयुक्त भएर सुत जसले गर्दा निन्द्रा**
> **पनि व्यर्थ नहोस् । ।।३९।।**

अर्थ बुझेका हे विद्यावान् (विद्वान) ! भनेर राजालाई सम्बोधन गरिएको छ । सम्पूर्ण दिन भन्नाले दिनभरी भन्ने बुझिन्छ । रातलाई पनि तीन भाग लगाएर पहिलो र तेस्रो प्रहरमा नसुतीकन सक्रिय बन । वीचको प्रहरमा सुतेका वेलामा पनि निन्द्रालाई निष्फल र निष्क्रिय बन्न दिनु हुँदैन । धर्म चर्याको लागि आधार बनेको यो शरीरलाई स्वस्थ राख्नको लागि निदाउनु पर्छ भने स्मृतियुक्त भएर वीचको प्रहरमा सुत्नु पर्छ । त्यस वेलामा निन्द्रालाई निष्क्रिय नबनाई पुण्य कर्ममा लगाउने उपायको रूपमा सुतेको वेलामा पनि मनको कुशल धर्म सम्झिरहनु पर्छ । अन्धकारलाई प्रकाशको उज्यालोले हराओस् भन्ने संकल्प लिएर सुतेमा पुण्य कर्म हुन्छ ।

*अनुकूल पक्षको चर्तुब्रह्म विहार भावना :*

**सधै मैत्री, करुणा, मुदिता र उपेक्षाको सम्यक**
**रूपमा भावना गर । उच्च पद (निर्वाण) प्राप्त**
**नभए पनि व्रह्मलोकको लौकिक सुख प्राप्ति हुनेछ । ।।४०।।**

सवै सत्वहरू सुखी हुन भन्ने चाहना मैत्री हो भने सवै दु:खबाट मुक्त होऊन भन्ने चाहना करुणा हो । उनीहरू सुखले युक्त होऊन भन्ने चाहना मुदिता र टाढा नजिकको भन्ने नठान्नु उपेक्षा हो । यी चारवटाको सधैं सम्यक् रूपमा भावना गर्नुपर्छ । यसवाट मात्र बुद्धता प्राप्ति नभएपनि व्रह्म लोकको असीम (अपरिमेय) लौकिक सुख प्राप्त हुनेछ ।

*मूल अभ्यासको रूपमा चार ध्यानको अभ्यास गर्ने उपदेश :*

**कामचर्या, प्रीति, सुख र दु:ख पुरै**
**त्यागेर चार ध्यानद्वारा ब्रह्मा, आभास्वर,**
**शुभकृत्स्न र बृहत्फल नामक व्रह्माहरू**
**समान सौभाग्य प्राप्त हुनेछ । ।।४१।।**

शमथको विशेष ध्यान विधि यस प्रकार छ :

प्रतिपक्षको अङ्गहरू विचार र विर्तकले काम चर्याको चाहना (कामच्छन्द) र अरुलाई हानि गर्ने विचार (व्यापाद) आदि त्यागेर लाभको अङ्गरूपी एकान्तवासबाट प्राप्त प्रीति र सुख (सौमनस्य) प्राप्त हुन्छ । अवस्थाको अङ्ग रूपी चित्त एकाग्र हुने प्रथम ध्यान हो । आध्यात्मप्रसाद प्रतिपक्षबाट विचार र विर्तक त्यागेर समाधिवाट उत्पन्न प्रीति र सुख युक्त एकाग्र चित्त हुनु द्वितीय ध्यान हो । स्मृति, सम्प्रजन्य र उपेक्षा प्रतिपक्षबाट प्रीतिलाई हटाएर सुख युक्त एकाग्र चित्त हुनु तृतीय ध्यान हो । परिशुद्ध स्मृति र उपेक्षालाई प्रतिपक्षको रूपमा प्रयोग गरेर सुख र दु:ख हटाएर उपेक्षा वेदनाद्वारा युक्त एकाग्र चित्त हुनु चतुर्थ ध्यान हो ।

यसरी त्याग गर्नु पर्ने कुराको पूरै त्याग गरेपछि हेतु समापत्तिको चार ध्यान प्राप्त गरेर क्रमैसँग ब्रह्मकायिक, आभास्वर, शुभकृत्स्न र बृहत्फल लोकका देवताहरू समान भाग्य प्राप्त भएर त्यँही जन्म हुन्छ । ध्यान पारमिताका उपसंहारमा पुण्य र पापहरूको ग्रहण र त्यागको सामान्य व्याख्या र विशेष गरी समाधिका दोषहरू त्यागने तरिका गरी दुई बुँदाहरू छन् ।

*पुण्य र पापको गुरुत्वको वयान ।*

**सधैं गरिने (नित्य), अभिलाषा सहित गरिने,**
**प्रतिपक्ष नभएको, गुणको प्रधानता र वस्तु**
**बाट उत्पन्न पाँच प्रकारका महत कुशल र**
**अकुशल कर्म हुन्छन् । तसर्थ कुशल चर्या**
**गर्न प्रयत्न गर्नु पर्दछ । ।।४२।।**

पुण्य र पाप जे सुकै पनि सधैं गर्ने, त्यसप्रति तीव्र अभिलाषा लिएर गर्ने, त्यसलाई आफैले खतम गर्ने प्रतिपक्ष नभएको, त्रिरत्न जस्ता गुणको आधार भएको र सामान्यभन्दा फरक प्रधानप्रति गरिएको उपकार र दुःख क्षेत्रको आधारवाट उत्पन्न यी पाँच अङ्ग भएको कुशल र अकुशल कर्म अरुभन्दा धेरै हुन्छ । त्यसैले महत् (धेरै) अकुशललाई त्यागेर महत् कुशलकर्म गर्न प्रयत्न गर्नु पर्छ ।

*अकुशलको प्रतिपक्ष अभ्यासलाई धेरै बलपूर्वक उत्पन्न गर्ने उपदेश*

**थोरै नूनले अलिकति पानीको स्वाद बदले**
**पनि गंगा नदीकै पानीको स्वाद बदल्न सक्तैन ।**
**त्यसै गरी थोरै पाप कर्मले धेरै कुशलमूललाई**
**नष्ट पार्न सक्दैन भनी जान । ।।४३।।**

कुशल धर्मको महत्बललाई उदाहरणद्वारा यसरी बताइन्छ – थोरै पानीमा केही ग्राम नून मिसाएमा स्वाद बदलिन्छ भने गंगा नदीको पानीलाई त्यति नूनले स्वाद बदल्न सक्दैन । त्यसैगरी पाप कर्म थोरै गरेपनि कुशल कर्म अत्यन्त धेरै छ भने त्यसले विगार्न सक्दैन भनी जान ।

*विशेष गरी समाधिका दोषहरू (नीवरणहरू) हटाउने विधि :*

**औद्धत्य, कौकृत्य, व्यापाद, स्त्यान, मिद्ध,**
**कामच्छन्द र विचिकित्सारूपी पाँच**
**नीवरणहरूलाई कुशल धनलाई**
**चोर्ने चोर हुन भनी जान । ।।४४।।**

विषय (वस्तु) हरूमा मन चल्नु औद्धत्य हो । अगाडि गरेका कर्महरूमा पछुतो मान्नु कौकृत्य हो । अरुलाई हानि पुऱ्याउने इच्छा व्यापाद हो । मन भित्र खिचिनु स्त्यान, सक्रिय इन्द्रिय भित्र खिचिनु मिद्ध हो भने सुन्दर आस्रव वस्तुप्रति चाहना हुनु कामछन्द हो । मार्ग र फलप्रति शंका हुनु विचिकित्सा हो । यी पाँचवटा नीवरणहरूले कुशल धनलाई चोरेर लैजाने भएकाले चोर हुन भनी जान्नु पर्छ । यहाँ औद्धत्य र कौकृत्य दुवै चन्चलतासँग सम्वन्धित भएकाले एकै ठाउँमा राखिन्छ भने स्त्यान र मिद्ध दुवैले अस्पष्ट पार्ने काम गर्ने भएकाले दुवैलाई मिलाएर एउटैमा गनिन्छ । (यसरी नीवरणहरू पाँच मात्र छन् भन्ने मानिन्छ ।

छैठौं प्रज्ञापारमितामा श्रद्धा आदि पाँचलाई मार्गको स्वरूप भनी संक्षेपमा बताइएको र स्मृति उपस्थान आदिको प्रज्ञालाई विस्तारमा बताइएको गरी दुई बूदाँ छन् ।

*श्रद्धा आदि ग्राहय कुराहरूको आश्रय लिने :*

**श्रद्धा, वीर्य, स्मृति, समाधि, प्रज्ञारूपी**
**पाँचको प्राप्तिको लागि धेरै प्रयत्न गर**
**किनकि यिनीहरूलाई लौकिकाग्रमा बल**
**र मुर्धनमा इन्द्रिय भनिन्छ । ।।४५।।**

कुशल धर्ममा इच्छा हुने श्रद्धा, त्यसप्रति उत्साह हुने वीर्य, अगाडिको आलम्बन नविर्सिने स्मृति, आलम्बनको वस्तुमा एकाग्रता हुने समाधि र धर्म प्रविचय गर्ने प्रज्ञा प्रयोगमार्गको लौकिकाग्रधर्मको स्वरूप भएकाले यी पाँचवटालाई साक्षात्कार गर्न धेरै प्रयत्न गर्नुपर्छ । यिनीहरूलाई प्रयोग मार्गको क्षान्ति अवस्थामा पाँच इन्द्रिय भनिन्छ भने मूर्धन्को बेलामा पनि यी पाँच वटै हुन्छन् । (प्रयोग मार्गमा उष्मा, क्षान्ति, मूर्धन् र लौकिकाग्र तह हुन्छन् ।)

*त्याग्नु पर्ने प्रतिपक्षद्वारा मद हटाउने*

**रोग, बुढोपन, मृत्यु, प्रिय वियोग आदिबाट**
**म मुक्त छुंइन । मैले गरेका कर्महरू काटेको**
**छुँइन भनि वारम्वार सोच्ने हो भने त्यही**
**नै प्रतिपक्ष भएकाले मात्तिदैन ।।४६।।**

रोग, बुढ्याई, जन्म, मृत्यु, प्रिय वियोग जस्ता दु:ख र तिनीहरूको हेतुरूपी कर्मबाट म पार नभएको हुनाले ममा दु:खको हेतु र फल कायम नै छ भनेर बारम्बार सोचेमा त्याग्नु पर्ने त्यो प्रतिपक्षले गर्दा मेरो समाधि र प्रज्ञा छ भन्ने

जस्ता अहँकार (मद) उत्पन्न हुँदैन । त्यस्तै कुल घराना आदिको मदको प्रतिपक्ष भएको हुनाले त्यस्तो मद पनि हट्दछ ।

स्मृति उपस्थान आदि प्रज्ञा विस्तारको व्याख्यामा संसार र निर्वाणको सम्पूर्ण शुभ कार्यहरूको मूल प्रज्ञा हो भनी दर्शाएको र प्रज्ञायुक्त मार्गलाई वास्तविक रूपमा दर्शाएको गरी दुई छन् । पहिलोमा पनि अभ्युदय (सुख) र नि:श्रेयश (निर्वाण) दुवैको मूल भएको लौकिक सम्यक्दृष्टि र निश्रेयस्को मूलपारलौकिक सम्यक्दृष्टि गरी दुई विषय छन् ।

*अभ्युदय र नि:श्रेयश दुवैको मूल भएको लौकिक सम्यक्दृष्टि*

**सुगति र मोक्षको चाहना छ भने**
**सम्यक्दृष्टिको अभ्यास गर मिथ्या**
**दृष्टि लिएको व्यक्तिले अभ्यास गरे पनि**
**ती सबै कर्महरूको असहय विपाक भोग्नै पर्छ ।।४७।।**

यदि स्वर्ग र मोक्ष दुवै नचाहने हो भने अरु नै केही गरे पनि हुन्छ तर ती दुवै चाहने हो भने कर्म र फल नछलिएको लौकिक सम्यक्दृष्टिमा अभ्यस्त हुने प्रयत्न गर्नु पर्दछ । कुनै व्यक्तिले कर्म र फल छैन भन्ने जस्ता मिथ्यादृष्टि लिएर कुशल कर्म जस्तो गरे पनि त्यसवाट फाइदा नभएर सवै परिपाक भई असहय रूपको अवीचि नरकको दुख भोग्नु पर्छ । डोल्मे गेनपो (तारानाथ) को टीकामा यस्तो बताइएको छ – "मिथ्यादृष्टि लिएर दान आदि दिएमा पनि असहय रूपमा परिपाक हुँदैन भनेमा मिथ्यादृष्टिको महान् फलले गर्दा सानो कुशल कर्मको फललाई दवाएर भोग्न सकिदैन भनिएको हो । त्यस्तै रोङ्तोनको टीकामा पनि भनिएको छ – "अगाडि दान आदि राम्रोसँग गरिएको कर्म पनि विपाक भएर असाध्यै नराम्रो हुन्छ । मिथ्यादृष्टिले कुशलमूललाई जरैदेखि उखेलेर फालिदिन्छ ।"

*नि:श्रेयसको मूल पारलौकिक सम्यक दृष्टि*

**मानिसहरू वास्तवमै दु:खी, अनित्य,**
**अनात्मा र अशुचि छन् भनी जान ।**
**स्मृति नराख्ने व्यक्तिहरू चाँहि चार विपर्यास**
**दृष्टि लिने भएकाले पतित हुन्छन् ।। ४८ ।।**

विनेयजनको आधारमाभन्दा मानिस साँच्चिकै दु:खी छ । दुई समयमा (अघि र पछि) उस्तै नरहने भएकाले अनित्य छ । कर्ताको हिसाबले अनात्मा छ र शरीरलाई अशुद्ध छ भनी जान्नु पर्छ । त्यसरी अर्थको स्मृति उपस्थान नगरेमा

(नसम्झेमा) शुचि, सुख, नित्य र आत्मादृष्टि जस्ता चार विपर्यास (उल्टो) दृष्टिमा परेर पतन हुन्छ (अनर्थ हुन्छ) ।

प्रज्ञायुक्त वास्तविक मार्गलाई पनि मूलदृष्टिलाई विशेष रूपमा बताएको र वास्तविक मार्ग गरी दुई विषयमा बाडिएको छ ।

*पुद्गल नैरात्म्यको स्थापना*

**रूप आत्मा होइन, आत्मा रूप होइन,**
**रूपमा आत्मा छैन, आत्मामा रूप छैन**
**भनी बताए झैं अन्य चार स्कन्धहरू**
**पनि शून्य छन् भनी जान ।। ४९ ।।**

यसरी रूप स्कन्धको स्वरूप अनात्मा हो भनी सूत्रमा बताइएको छ । एउटै स्वरूप भएको होइन । त्यसैगरी आत्मामा रूप छैन भनेको चाँहि देवदत्तको चक्की भने जस्तो अन्योन्याश्रित सम्बन्ध भएको पनि होइन, त्यसैगरी रूपमा आत्मा रहेको पनि छैन । आत्मामा रूप छ भने जस्तो भिन्न पनि छैन । यसैगरी बाँकी स्कन्धहरू वेदना, संज्ञा, संस्कार र विज्ञान पनि शून्य हुन् भनी राम्रोसँग बुझ ।

*आत्माको आश्रयरूपी स्कन्धको परीक्षा*

**स्कन्धहरू यदृच्छा, काल, प्रकृति, स्वभाव,**
**ईश्वर र अहेतुबाट आएका होइनन ।**
**अविद्या र तृष्णाबाट आएका हुन् ।। ५० ।।**

आत्माको शून्यता भएको आधाररूपी ती स्कन्धहरू पनि आकाशबाट खसे जस्तो कुनै बेला आत्माबाट उत्पन्न हुने, कुनै बेला अरुबाट उत्पन्न हुने, हेतु भएको वा नभएको जस्तो जथाभावी तवरबाट उत्पन्न भएका होइनन । त्यसै गरी कालबाट आएका पनि होइनन् । प्रकृतिबाट पनि आएका होइनन् । आफ्नै स्वभावबाट आएका पनि होइनन् । अहेतुबाट पनि आएका होइनन् । नित्य कर्ताबाट आएका पनि होइनन् । केबाट आएका हुनभन्दा नजान्ने अविद्यारूपी हेतु र कर्म तथा तृष्णा जस्ता प्रत्ययहरूको संयोग भएर उत्पन्न भएका हुन् ।

वास्तविक मार्गमा तीन कुरा आउछन् ।

*मार्गसँग नमिल्ने तीन भव संयोजनहरूको उल्लेख*

**शीलव्रत परामर्श, सत्कायदृष्टि र विचिकित्सारूपी**
**तीन भव संयोजनहरूले मुक्तिको नगरमा जाने ढोका**
**बन्द गरिदिन्छन भनी जान्न । ।। ५१ ।।**

गलत शील र व्रतमा अत्यधिक मात्रामा आसक्त हुनु, आफ्नो शरीरका पन्च स्कन्धहरूलाई सही रूपमा बुझ्न नसकेर आत्मा छ भनी सत्कायदृष्टि लिनु र धर्मको मार्ग र फलमा शंका गर्ने विचिकित्सालाई संसारमा बाँधिरहने संयोजन हुन् । यी भव संयोजनहरूले मुक्तिको नगर (निर्वाण) मा जाने ढोका बन्द गर्छन् भनी राम्रोसँग जान ।

*मार्ग सँग मिल्ने वीर्य :*

**मोक्ष आफैमा निर्भर छ अरुको सहायताले**
**कुनै पनि मद्दत मिल्दैन । त्यसैले श्रवण,**
**शील र समाधिले युक्त भएर चार आर्य**
**सत्यको साक्षात्कार गर्न प्रयत्न गर ।।५२।।**

मोक्ष आफैमा निर्भर छ भन्नुले यहाँ आफै मार्गमा नलागिकन अरुले शरण दिएर, अरुको सापट लिएर वा अरुले सहायता गरेर निर्वाण प्राप्त गर्न सकिदैन भन्ने बुझिन्छ । शुरुमा बौद्ध ग्रन्थहरूको श्रवण गरेर श्रुतमयी प्रज्ञा विकास गर्ने, त्यसपछि शीलको रक्षा गरेर एकाग्रता हुने समाधियुक्त हुनुपर्छ र मुक्ति मार्गको स्वरूप दु:ख, समुदय, त्यसलाई त्यागने निरोधलाई प्रत्यक्ष गर्ने र मार्गमा आश्रित हुने चार आर्य सत्यलाई चार पक्षहरू सहित प्रयत्न गर्नु पर्छ ।

मार्गको मूल विषयको शिक्षामा दुई कुरा छन् ।

*त्रिशिक्षाको सामान्य व्याख्या*

**अधिशील, अधिप्रज्ञा र अधिचित्तरूपी**
**त्रिशिक्षामा सदा लाग । एक सय**
**पचासभन्दा बढी शिक्षाहरू यिनीहरू**
**तीन वटामा पूरै संग्रहीत छन् । ।।५३।।**

अन्य धर्माबलम्बीभन्दा विशेष अधिशील, अधिप्रज्ञा र अधिचित अर्थात् समाधि भएको त्रिशिक्षामा सधैं प्रयत्नपूर्वक लाग । यसरी अरुलाई सिकाएका १५० भन्दा बढी शिक्षा भन्नाले २५०भन्दा बढी शीलका नियमहरूलाई महायान तथा थेरावादमा सिकाइएको छ । ती सबै यी तीन शिक्षाहरूमा संग्रहित छन् ।

प्रज्ञाको शिक्षालाई विशेष रूपमा व्याख्या गरिएकोमा क्लेशहरूबाट वैराग्य हुने तरीका र विशुद्ध हुने शिक्षामा प्रवेश गर्ने तरिका गरी दुई छन् । त्यसमध्ये पहिलोमा यो जीवनमा मति फर्काउने र अनन्त भवसागर बाटै मुक्त हुन मति फर्काउने उपदेश गरी दुई कुरा छन् ।

*संक्षिप्त :*

**हे नाथ ! सुगतले कायको वारेमा स्मृति गर्नु**
**नै एक मात्र मार्ग हो भनी बताउनु भएको**
**छ । त्यसलाई प्रयोगमा ल्याऊ र जोगाऊ**
**किनकि स्मृति गुम्नाले सबै धर्म नष्ट हुन्छन् । ।।५४।।**

नाथ भनेर राजालाई सम्बोधन गरिएको छ। बुद्धले कायानुस्मृति गर्नु मुक्ति मार्गमा लाग्न चाहने सम्पूर्ण व्यक्तिहरूको लागि एकमात्र मार्ग हो (एकायनो मग्गो) भनी यसरी दर्शाउनु भएको छ, "हे भिक्षुहरू हो ! सत्वहरूलाई विशुद्ध गर्ने, दुःख र दौर्मनस्यबाट राम्रोसँग मुक्त गर्ने सम्यक् धर्म बुझाउने वाला र निर्वाण दिलाउने मार्ग यही कायगतस्मृति हो ।" यसरी कायगत स्मृतिमा प्रयत्न गर्ने, त्यसलाई साक्षात्कार गर्ने र जोगाउने गर्नुपर्छ। स्मृति विग्रेमा सम्पूर्ण धर्महरू विनाश हुन्छन् ।

विस्तारमा व्याख्या गरिएकोमा आयु अनित्यको वारेमा चिन्तन र अमूल्य मानव देह प्राप्तिको कठिनाई गरी दुई छन् । त्यसमध्ये पहिलोमा मृत्युको समय अनिश्चित छ भन्ने अनित्यको ध्यान, मृत्यु निश्चित छ भनी अनित्यको ध्यान, अन्य पक्षलाई सोचेर अनित्यको ध्यान र तिनीहरूको अन्तिम परिणाम संक्षेप गरी चारवटा ।

*मृत्युको समय अनिश्चित छ भन्ने भावना :*

**यो जीवन धेरै वाधाहरूले युक्त छ । हावाले**
**पानीमा उठाएको फोकाहरू जस्तै अनित्य छ ।**
**श्वास फालेपछि फेरि लिइयो र निद्राबाट**
**ब्युँझियो भने त्यो त आश्चर्य हुन्छ । ।।५५।।**

जीवनमा भित्र र वाहिरका धेरै विध्न बाधाहरू हुन्छन् । उदाहरणको लागि यो जीवन पानीमा हावाले बनाएको फोका जस्तै अनित्य छ । श्वास भित्र लिने र बाहिर फाल्नेको विचमा वा निदाएपछि ब्यूँझिदाको वीचमै पनि मर्न सकिन्छ । त्यसरी मरिएन र वाँचियो भने बडो अचम्म हुन्छ ।

*मृत्यु निश्चित छ भनी अनित्यको भावना :*

**शरीरको अन्त खरानी हुने, सुक्ने र कुहिनेमा**
**हुन्छ । अन्तमा यो गनाउने र सारहीन भएर**
**जान्छ । त्यसैले क्षय हुने, टुक्रा टुक्रा हुने,**
**सड्ने र अलग हुने वाला हो भनेर जान ।।५६।।**

यो शरीरको अन्त आगोले डढेर खरानी भएर हुन्छ या अन्तमा सुक्छ या कुहिन्छ । यस्तै गनाएर सडेको लाशमा सार केही हुँदैन । मुटु र अन्य अङ्गहरू टुक्रा टुक्रा भएर अन्तिममा धुलो हुन्छ । अहिलेदेखि नै यस्तो कुहिनेवालालाई राम्रोसँग सम्झ ।

*अन्य पक्षहरूलाई सोचेर अनित्यको भावना*

**पृथ्वी, सुमेरु र समुद्र पनि सात सूर्यहरू**
**उदाउँदा ज्वालाले भस्म भएर खरानीसम्म**
**पनि पाइदैन भने अत्यन्त दुर्वल यो मानव**
**शरीरको वारेमा त के भन्नू ।।५७।।**

कडा र स्थिर देखिने पृथ्वी, सुमेरु पर्वत र समुद्र पनि कल्पको अन्त हुने वेलामा उदाउँने सात सूर्यहरूको ज्वालाले बलेर खरानी भई त्यो खरानीसम्म बाँकी रहँदैन भने अत्यन्तै दुर्वल यो मानवदेह नाश भएर जाँदैन भन्ने के पक्का छ र ? अवश्य नै नाश भएर जान्छ ।

*तिनीहरूको अन्तिम परिणाम*

**यसरी यी सबै अनित्य, अनात्मा, अनाश्रित,**
**अनाथ र अनवस्थित छन् । हे उत्तम मनुष्य !**
**त्यसैले संसारलाई केराको बोट जस्तै निस्सार हो**
**भनेर चित्तलाई विरक्त बनाऊ ।।५८।।**

बाहिरी र भित्री सबै वस्तुहरू अनित्य र अनात्मा छन् । दुःखबाट बचाउन नसक्ने भएकाले आश्रयहीन (निश्शरण) छन् । सहायता गर्न नसक्ने भएकाले अनाथ छन् । कहीँ पनि नरहने भएकाले अनवस्थित छन् । त्यसको लागि संसारलाई केराको बोट जस्तै निस्सार भएकाले हे उत्तम मानव तिम्रो चित्त विरक्त बनाएर संसारबाट वैरागी वन ।

क्षण सम्पद युक्त मानव देह प्राप्तिको कठिनाईमा मानिस नै भएर जन्मनुको दुलर्भताको सामान्य व्याख्या, विशेष गरी चार चक्रले युक्त अनुकूल प्रत्ययको आश्रय दर्शाईएको र आठ अक्षणरूपी प्रतिकूल परिस्थितिबाट मुक्त हुने उपाय गरी तीन वटा छन् ।

*मानिस भएर जन्मनुको दुर्लभता :*

**महासागरको छालमा रहेको एक मात्र जुवाको प्वालमा**
**कछुवाले टाउको घुसाउनुभन्दा पनि पशु नभई मानिस**
**भएर जन्मनु दुर्लभ हुन्छ । तसर्थ हे नरेन्द्र ! सद्धर्मको**
**अभ्यास गरेर त्यस्तो फल प्राप्त गर ।।५९।।**

मानौं एउटा समुद्रमा रहेको जुवालाई हावाले हल्लाई रहेको छ । त्यसको प्वाल भेट्न समुद्रभित्रको कछुवाको घाँटीलाई जति दुर्लभ छ त्योभन्दा पनि पशुयोनिबाट मानव योनि पाउनु दुर्लभ छ । तसर्थ सद्धर्मको आचरण गरेर त्यस्तो मानवजुनीरूपी फल पाउन प्रयत्न गर्नु पर्छ ।

*त्यस्तो अवस्थामा पाप कर्म गर्नुको फल :*

**मानिस भएर जन्मीईकन पाप कर्म**
**गर्ने व्यक्ति चाँहि अमूल्य रत्नहरू**
**जडिएको सुनको थालमा वान्ता गर्ने**
**व्यक्तिभन्दा पनि मूर्ख हुन्छ ।।६०।।**

पेरोज आदि महान रत्नहरू जडान भएको सुनको थालमा कसैले वान्ता गर्छ भने त्यसलाई सबैले मूर्ख भन्छन् । त्यसैगरि मानव रूपमा जन्मेर पाप कर्महरू गर्ने हो भने त्यो व्यक्ति झन मूर्ख ठहरिन्छ ।

*चार चक्रले युक्त अनुकूल प्रत्ययको आश्रय दर्शाईएको*

**अनुकूल स्थानमा रहनु, सज्जनहरूको**
**संगत गर्नु, आफूले अगाडि गरेको**
**शुभ प्रणिधानहरू र पुण्यहरूले**
**गर्दा प्राप्त चार महाचक्र तिमीमा छन् ।।६१।।**

आर्य मार्ग उत्पन्न हुनु, अनुकूल हुनु, देब र मनुष्यको स्थानमा रहनु, सत् पुरुषको संगत गर्नु, आफू मुक्ति मार्गमा लागूँ भनेर राम्रोसँग प्रणिधान गर्नु र त्यो सिद्ध हुने हेतु अघिल्लो जन्ममा पनि पुण्य कर्म गरेको हुनु धर्म साधनाको इन्द्र वा आर्य मार्गको रथ भएकाले यी चार चक्रहरू अहिले तिमीमा छन् ।

*विशेष गरी कल्याणमित्र सेवनको व्याख्या*

**कल्याणमित्रको आश्रय नै ब्रह्मचर्यत्वको परिपूर्णता**
**हो भनी मुनिले बताउनु भएको छ । त्यसैले**
**सज्जनहरूको सँगत गर किनकि धेरै व्यक्तिहरूले**
**जिनकै आश्रयबाट शान्ति पाएका थिए ।।६२।।**

कल्याणमित्रको आश्रय नै ब्रह्मचर्यको परिपूर्णता हो भन्ने क्रममा ब्रह्म भन्नाले निर्वाण र चर्या भन्नाले मार्ग भन्ने बुझिन्छ । त्यसलाई परिपूर्ण गर्नको लागि मुनिले भन्नु भएको छ । आर्य आनन्दले भगवान् त्यो कसरी होभन्दा कल्याणमित्र एवं कुशल मित्र ब्रह्मचर्यत्वबाट सम्पन्न हुन्छन् । तसर्थ सज्जनको सँगत गर्नु पर्छ किनकि जिन सम्यक सम्बुद्धलाई आश्रय मानेर धेरै व्यक्तिहरूले शान्ति (निर्वाण) प्राप्त गरेका थिए ।

*आठ अक्षणरूपी प्रतिकुल परिस्थितिहरूबाट मुक्त हुने उपाय :*

**मिथ्या दृष्टिमा ग्राह, पशु, प्रेत, नरक (योनिहरू) मा**
**जन्म लिनु, बुद्ध शासन नभएको ठाउँ, सीमान्त**
**ठाउँमा जन्मनु, लाटो भएर जन्मनु, मूर्ख भएर**
**जन्मनु, दीर्घजीवी देवताको रूपमा जन्म लिनु**
**जस्तो कुनै ठाउँमा जन्मनु आठ अक्षण दोषहरू**
**हुन् । तिनीहरूबाट रहित भएर क्षण प्राप्त गर्न**
**गाह्रो हुने भएकाले त्यस्ता ठाउँमा जन्मनबाट**
**जोगिने प्रयास गर ।।६३, ६४।।**

कर्म फलमा शंका गर्ने मिथ्या दृष्टि लिनु, पशु, प्रेत र नरकलोकमा जन्म लिनु, जिनको शासन नभएको भन्नाले बुद्धको आगमन नभएको र भए पनि वँहाको शासन नसुन्ने सीमान्त प्रदेशमा म्लेच्छको रूपमा जन्मनु हो । मध्य देशमा जन्मिए पनि अङ्गमा दोष भएर लाटो हुनु, असंज्ञी (संज्ञा नभएको) दीर्घायु देवताको रूपमा जन्मनु आठ अक्षणहरू हुन । तिनीहरूबाट मुक्त भएर क्षणयुक्त मानव देह पाउनको लागि संसारका यी अरु जन्म रोक ।

अनन्त भवसागरबाटै मुक्त हुनको लागि मति फर्काउने उपायको रूपमा संसारको दोष सम्झदा संक्षिप्त र विस्तृत गरी दुई उपायहरू छन् ।

*संक्षिप्त*

**हे नायक ! चाहेको वस्तु नपाउनु,**
**मृत्यु, रोग, बुढ्यौली आदि अनेक**
**दु:खको श्रोतरूपी यो संसारप्रति खिन्न बन ।**
**यसका दोषहरूका अशंहरू पनि सुन ।।६५।।**

के को लागि संसारमा जन्मनबाट रोक्ने भनेर विचार गर्ने हो भने हे नायक (राजन्) खाना, वस्त्र आदि चाहनाहरूको पूर्ति नहुनु, अन्तमा मृत्यु हुनु, वेला वेलामा विरामी हुनु र बुढो हुनु आदि विभिन्न दु:खहरूको स्रोत भएको यो संसारप्रति विरक्त वन । यसको दोषलाई अलिकति पनि व्याख्या गरेको पाइएमा सुनी हाल ।

विस्तारमा वयान गर्दा सुख जस्तो लागे पनि अनिश्चतता दर्शाइएको र दु:खहरूलाई विस्तारमा दर्शाएको गरी दुई छन् । अनिश्चततामा पनि अनिश्चत हुने तरीका र त्यसलाई जानेर कुशल कर्ममा लागेर दुई उपदेश छन् । अविश्वास पनि चार वटा छन् ।

*शत्रु र मित्रको अनिश्चितताले गर्दा अविश्वास :*

**बाबु छोरा बन्छन्, आमा स्वास्नी**
**बन्छिन्, शत्रुहरू मित्र बन्छन्, त्यसै**
**गरी उल्टो क्रम पनि हुन्छ । त्यसैले यो**
**संसारमा केही कुरा पनि निश्चित छैन ।।६६।।**

एक पल्टको बाबु अर्को पल्ट छोरा बन्छ । त्यसै गरी आमा चाँहि श्रीमती बन्छिन् । शत्रुहरू मित्र बन्छन् । त्यस्तै साथीहरू शत्रु बन्न पुग्छन् । त्यसैले संसारबाटै मुक्त हुने निश्चय नगरी होला र ?

*असंतुष्टिले गर्दा अविश्वास*

**हरेकले चार महासागरभन्दा बढी दूध पिएर**
**अझै सामान्य व्यक्तिको पछि लागेर चक्कर**
**लगाउनेले त्योभन्दा पनि बढी**
**कति पिई रहनु पर्ने हो ? ।।६७।।**

हरेक व्यक्तिले चार महासागरको पानीभन्दा पनि वढी मात्रामा आमाको दुध पिइ सकेको भए पनि संतुष्ट नभएर फेरि पनि आर्य मार्गलाई नभेटेसम्म

पृथज्जन (सामान्य व्यक्ति) को मार्गलाई अनसरण गरी रहेका छन् । त्यसो गर्दा पहिलेकोभन्दा पनि बढी पिउनु पर्ला भनेर संसारको आदि अन्त नभएको कुरा दर्शाइएको छ ।

*पछिको कुरा निश्चित नभएकाले अविश्वास :*

**प्रत्येक व्यक्तिको हाडको थुप्रो लगाउने हो भने सुमेरु पर्वत
समान वा त्योभन्दापनि वढी होला । अहिलेसम्म भएका
आमाहरूको संख्या गन्ने हो भने पृथ्वीको माटोबाट धुपीको
गेडाजत्रो दाना बनाएमा यो पृथ्वीको माटोले पुग्दैन ।।६८।।**

हरेक व्यक्तिका अघिल्ला जन्महरूका हाडहरू थुपार्ने हो भने सुमेरु पर्वतभन्दा पनि अग्लो हुनेछ । अव पनि मार्गमा लाग्न प्रयत्न नगरेमा त्योभन्दा पनि वढी हुनेछ । त्यसै गरी आमाहरूको संख्या धुपीका वीउ जत्रा दानाले गन्ने हो भने यो धरतीमा अटाउन सक्तैन । आमाको गर्भबाट जन्म हुने जीउहरूलाई मात्र दर्शाउन भगवान् बुद्धले यसो भन्नु भएको छ, “हे भिक्षुहरू ! यदि कुनै व्यक्तिले यो धरतीको माटोबाट धूपीको वीउ जत्रा गोली बनाएर एक एक वीउलाई फँयाक्दै यो मेरी आमा हुन्, यी मेरी आमा हुन भन्दै गन्दै जाने हो भने धरतीकै माटो सकिन्छ तर पहिलेका आमाहरूको संख्या गन्न सकिँदैन, यस्तो मैले बताएको छु ।” यस्तो बताएर बारम्बार जन्मने कुरा दर्शाइएको छ ।

माथिल्लो र तल्लोको अनिश्चिचताले गर्दा अविश्वासमा विस्तृत भवको अविश्वास, सुन्दर साथीको अविश्वास, राम्रो ठाउँको अविश्वास, सुखचर्याको अविश्वास, धेरै भोग विलासको अविश्वास, महातेजमा अविश्वास गरी छ वटा छन् ।

*विस्तृत भवको अविश्वास :*

**संसारका पूजनीय इन्द्र पनि कर्मको
वलले गर्दा फेरि पृथ्वीमा पतन हुन्छन् ।
चक्रवर्ती सम्राट् पनि संसारमा
फेरि नोकर भएर जन्मन्छन् ।।६९।।**

देवराज इन्द्रलाई सारा जगत्ले नै पूजा गरे पनि कर्मको वशमा परेर मानिस र पशुको रूपमा यस धरतीमै पतन हुन्छन् । मानिसहरूका राजा चक्रवर्ती सम्राट् पनि अगाडि जम्मा गरेको पुण्य सकिएपछि फेरी नोकर भएर जन्मन्छन् ।

*सुन्दर साथीको अविश्वास :*

**लामो समयसम्म स्वर्गका अप्सराहरूको स्तन**
**र कम्मरको स्पर्श सुख अनुभव गरे पनि**
**फेरि नरकमा पिध्ने, काट्ने र चिर्ने यंत्रहरूको**
**स्पर्शको असह्य पीडा भोग्नु पर्छ ।।७०।।**

स्वर्गका देव कन्याहरूको स्तन र कम्मरलाई हातले समातेर हुने स्पर्श सुख लामो समयसम्म अनुभव गरे पनि नरकमा पहाडहरूको वीचमा पिधिने, हतियारले काटिने र फलामे कुकुरका दारा र नङ्ग्राले टोकिने र कोतरिने हुन्छ । त्यस्ता यंत्रबाट हुने असहनीय दु:ख उनीहरूले भोग्नु पर्छ ।

*राम्रो ठाउँको अविश्वास :*

**सुखदायी सुमेरु पर्वतको शिखरमा लामो**
**समय रहेर पाउने स्पर्श सुखको अनुभव गरे**
**पनि फेरि कुक्कुल र कुणपमा हिड्नु**
**परेर असह्य दु:ख पीडा भोग्नु पर्छ ।।७१।।**

अमूल्य रत्नहरू भएको भूँईमा पाउले छुँदा पनि मुलायम (नरम) हुने सुमेरु **पर्वत**को शिखरमा देवताहरूको हजार वर्षको आयुसम्म सुखपूर्वक रहे पनि **फेरि** कर्मको वलले गर्दा कुक्कुल र कुणप नरकको हिलोमा हिडेर असह्य दु:ख भोग्नु **पर्छ** भनी बुझ्नु पर्छ ।

*सुख चर्याको अविश्वास:*

**स्वर्गका अप्सराहरूबाट सेवित नन्दन र**
**सुरम्य बगैंचामा रहेर आनन्द लिए पनि**
**फेरि असिपत्र वनमा त्यस व्यक्तिका हात,**
**खुट्टा, नाक, कान काटिन्छन् ।।७२।।**

**सुन्दर मुहार भएका देव कन्याहरूले घेरेको,**
**सुनौलो कमलमा सँगै बसेर मन्दाकिनी नदीमा**
**रहेर आनन्द लिए पनि फेरि नरकको तातो**
**र नुनीलो पानी भएको वैतरणी नदीमा पस्नु पर्छ ।।७३।।**

स्वर्गका अप्सराहरूले सेवा गरे... भन्नाले भारतीय वृत्ति (महामतिको व्यक्तपदा) अनुसार उपसेवित भनिएको हो । ती अप्सराहरूले नन्दन र सुरम्य वगैचामा सेवा गर्दा आनन्द अनुभव भए पनि फेरि तरवार जस्ता काडा भएको असिपत्र बनमा कुद्दा हात, खुट्टा, नाक, कान सबै काटिने हुन्छ । देवनदी मन्दाकिनीमा सुन्दर मुहार भएका देव कन्याहरू (अप्सरा) सँग सुनौला कमल माथि बसेर आनन्द लिए पनि फेरि दुर्गति नरकको वैतरणी नदीको दुर्गन्धित, नुनिलो र असह्य तातो पानीमा पस्नु पर्छ ।

*भोग विलासको अविश्वास :*

**देवलोकको अत्याधिक काम सुख र**
**व्रह्मलोकको वीतराग सुख प्राप्त गरे**
**पनि फेरि अवीचि नरकको प्रचण्ड अग्निको**
**इन्धन भएर अटुट दुःख भोग्नु पर्छ ।।७४।।**

देवलोकको अत्याधिक काम सुख र व्रह्मलोकको वीतराग सुख प्राप्त गरे पनि अवीचि नरकको प्रचण्ड आगोको दाउरा बनेर अटुट् रूपमा आनर्न्तय दुःख पनि भोग्नु पर्दछ !

*महातेजको अविश्वास :*

**सूर्य र चन्द्रमा नै बनेर आफ्नो शरीरको**
**रश्मिले सारा जगतलाई नै प्रकाशित गरे**
**पनि फेरि घोर अन्धकारमा परेर आफ्नै**
**हात तन्काएको नदेख्ने सम्म पनि भइन्छ ।।७५।।**

देवपुत्र सूर्य र चन्दमाको जन्म पाएर आफ्नो शरीर र महलको ज्योति सारा जगतलाई नै उज्यालो बनाए पनि फेरि द्वीपहरूको वीचको घनघोर अन्धकारमा फसेर आफूले तन्काएको हात पनि नदेख्ने भइन्छन् । यसरी राम्रो स्थान पाए पनि त्यो सँधै रही रहँदैन । त्यो कुरा आफ्नो वशमा नभएकोले त्यस्तो दुःखमा फस्नु पर्छ । राम्रा ठाउँहरू पनि परिवर्तन भएर नराम्रो ठाउँहरूमा पुगिन्छ । आर्य मार्ग प्राप्त नभएसम्म अगाडिको कर्मद्वारा हुत्याइएर पछिका त्यस्ता नराम्रा ठाउँहरूमा पुगिन्छ भनी सोच्नु पर्छ ।

*त्यस्तो हो भन्ने जानेर कुशल कर्ममा लाग्ने उपदेश :*

**(संसारका) यस्ता दोषहरू भएका हुनाले तीन किसिमका पुण्यहरूको दीपकको प्रकाश ग्रहण गर । किनकि आफू एक्लै सूर्य र चन्द्र पनि पुग्न नसकेको घोर अन्धकारमा जानु पर्छ ।।७६।।**

यो संसारका दोषहरू जानेर दान, शील र भावनाबाट उत्पन्न तीन प्रकारको पुण्यको दीपकले दुर्गतिको अन्धकार हटाउने प्रयत्न गर । किन भनेर सोध्ने हो भने आफू एक्लै नै सूर्य र चन्द्रले नछोएको सदा अन्धकार हुने संसारको अनन्त दुःखमा पसिन्छ । तसर्थ पुण्यको प्रकाशवाट अलग भइयो भने असह्य दुःखमा फसिन्छ भनेर बुझ्नु पर्छ ।

दुःखहरूको विस्तृत वयान गर्दा संसारलाई दुःखको स्वभावको रूपमा जान्ने र त्यस्तो जानेर संसारमा जन्मनुवाटै जोगिने उपदेश जस्ता दुई कुरा आउछन् । विस्तृत रूपमाभन्दा संसारको दुःखमा नरक, पशु, प्रेत, देव र असुरको दुःख पर्दछन् ।

*नरकको दुःखहरू संक्षिप्तमा दर्शाइएको*

**दोषयुक्त आचरण गर्ने सत्वहरूलाई संजीव, कालसूत्र, प्रतापन, संघात, रौरब, अवीचि आदि नरकहरूमा सधैं नै दुःख प्राप्त हुन्छ । ।।७७।।**

काय, वाक् र चित्तवाट दोषयुक्त आचरण (कर्म) गर्ने व्यक्तिहरू संजीव, कालसूत्र, प्रतापन, संघात, रौरब र अविचि जस्ता ताता र चिसा नरकहरूमा सधैं नै दुःख भोगी रहन्छन् ।

विस्तारमा वयान गरिएकोमा दुःखलाई जान्नु र त्यसको हेतु त्याग्ने उपदेश गरी दुई छन् । दुःखमा पनि वास्तविक दुःख र नी दुःख कहाँवाट कसरी आउँछ भन्ने चिन्तन पर्छन् ।

*वास्तविक दुःख*

**केहीलाई तिल झैं पेलिन्छ । त्यसै गरी अरुहरूलाई मिहीन पीठो झैं पिधिन्छ । केहीलाई आराले काटिन्छ भने अरुहरूलाई तीखो धार भएको बन्चरोले चिरिन्छ । ।।७८।।**

संघात नरकमा जन्मेका प्राणीहरूलाई फलामे यन्त्रमा तिल झैं पेलिन्छ भने अरुहरूलाई दन्किरहेको फलामे मुसलमा राखेर पीठो झैं पिधिन्छ । काल सूत्र नरकका केही व्यक्तिहरूलाई आराले चिरिन्छ भने अरुहरूलाई तीखो धार भएका बन्चराहरूले काटिन्छ ।

**त्यसै गरी अरुलाई मुखमा पगालेको**
**फलामको तातो झोल खन्याइन्छ भने**
**केहीलाई दन्किरहेको काँडायुक्त तातो**
**फलामे भालामा छेडेर राखिन्छ । ।।७९।।**

त्यसै गरी अरुहरूलाई वैतरणी नदीको किनारमा पगालेको पित्तलको झोल मुख भित्र हालिन्छ । केहीलाई तातो नरकहरूमा फलामको दन्किरहेको तीखो शुलमा चढाएर माला जस्तै गरी सधैं बाँधेर राखिन्छ ।

**केहीलाई फलामे दारा भएका चण्ड कुकुरहरूले टोकेर**
**खान्छन् र उत्तानो परेर लड्नु पर्ने हुन्छ । अन्य केही**
**लाचार व्यक्तिहरूलाई तीखो फलामे चुच्चो र**
**भयानक नङ्ग्रा भएको कागहरूले ठुंग्ने गर्छन । ।।८०।।**

केहीलाई असिपत्र वनमा फलामे दाह्रा भएका चण्ड कुकुर भएको ठाउँमा उत्तानो पारेर लडाउँछन् । त्यहाँ कर्मको वशमा परेका ती लाचार व्यक्तिहरूलाई फलामे चुच्चो र नङ्ग्रा भएका कागहरूको ठुंग्ने र चिथोर्ने गर्छन ।

**केहीलाई विभिन्न प्रकारका कीराहरूले टोक्छन् ।**
**मासु खाने कीराहरूले टोक्दा खप्न नसकेर**
**लडीवडी गर्छन र घाउमा धेरै कीराहरू टोक्ने**
**भएकाले डाँको छोड्दै चिच्याँउछन् । ।।८१।।**

केही व्यक्तिहरूलाई उत्सद नरकमा शरीरबाट उत्पन्न भएका कीरा र विभिन्न रंग आकार र जात भएका वाहिरी कीराहरूले र कालो अरिंगाल जस्ता लाखौं कीराहरूले टोक्दा असह्य पीडा हुन्छ । ती घाउमा वस्ने कीराहरूले गर्दा दु:ख पीडा खप्न नसकेर लडीवडी गर्ने र चिच्याउँने गर्छन ।

**केहीलाई दन्किरहेको अग्नि कुण्डमा**
**निरन्तर जलाउँदा उनीहरूले मुख बाउँछन् ।**
**केहीलाई ठूलो फलामे खड्कुलोमा राखेर**
**टाउको उल्टो पारेर भात जस्तै गरी पकाइन्छ । ।।८२।।**

केहीलाई तातो नरकको दन्किरहेको आगोको कुण्डमा निरन्तर रूपमा जलाइने भएकाले खप्न नसकेर मुख खोल्नु वाहेक अरु उपाय हुँदैन । कसैलाई प्रतापन नरकमा फलामले वनेको दन्किरहेको ठूलो भाडाँमा टाउको उल्टो पारेर भात पकाए जस्तै गरी पकाइन्छ । पकाउँदा जीउ पनि चामल छड्के जस्तै हुने भएकाले अत्यन्त धेरै पीडा हुन्छ ।

यस्ता दु:खहरू कहाँवाट कसरी उत्पन्न हुन्छन् भन्ने चिन्तनमा दु:ख **भएकै** वेलामा चिन्तन गर्ने, उत्पन्न हुँदा खप्न नसकिने तरिका र दु:ख भोगाइ अ**वधिको** चिन्तन गरी तीन वटा पर्छन् ।

*दु:ख भएकै बेलामा चिन्तन गर्ने*

**पापी व्यक्तिको सास रोकिने वित्तिकै उसले तत्काल नै**
**नरकको दु:ख भोगी हाल्नु पर्छ । तर अनकौं किसिमले**
**त्यस्ता नरकहरूको अपरिमित दु:खहरूको वयान गर्दा पनि भयभीत**
**नहुने व्यक्तिको स्वभाव चाहि वज्र जत्तिकै कडा हुन्छ । ।।८३।।**

पापीहरूलाई उनीहरूको सास जाने वित्तिकै वीचमा अरु केही नभई सिधै नरकको अपरिमित दु:ख भोग्नु पर्छ भनेर हजारौं किसिमबाट सुनाए पनि नडराउने त्यस्ता व्यक्तिहरूको हृदय चाँहि वज्रको जस्तै अत्यन्त कडा हुन्छ ।

त्यस्तो दु:ख भएको वेला खप्न कति गाह्रो होला भनी चिन्तन गर्दा सामान्य, विशेष र दृष्टान्त गरी तीन वटा छन् ।

*सामान्य*

नरकको चित्र देख्दा, त्यसको वारेमा
सुन्दा, सम्झँदा, पढ्दा र आकार देख्दा
पनि भय उत्पन्न हुन्छ भने साँच्चिकै
अनुभव गर्दा त कस्तो होला ? ॥८४॥

नरकको स्थितिको वारेमा वर्णन सुन्दा वा चित्र देख्दा वा कुराकानी सुन्दा आफूले त्यसको स्थितिलाई सम्झदा, आफूले पढ्दा र माटो आदिवाट नरकका व्यक्तिहरूको अवस्था झल्काउने आकृति वनाउदा त कस्तो डर लाग्छ भने आफ्नो कर्म परिपाक भएर साँच्चिकै त्यस्तै दुःख भोग्नु पर्‍यो भने कस्तो असह्य होला त ?

*विशेष*

**सवै सुखहरूमध्ये तृष्णा क्षय**
**भएको सुख सर्वोत्तम भए जस्तै**
**दुःखहरूमध्य अवीचि नरकको दुःख**
**सवैभन्दा असह्य हुन्छ ।।८५।।**

सम्पूर्ण सुखहरूमध्ये त्रिधातु (काम, रूप र अरूप) कै सम्पूर्ण तृष्णा क्षय भएको विमुक्तिको फलरूपी सुख नैं सुखको अधिपति (सर्वोत्तम सुख) हो भने दुःखहरूमध्ये अवीचि नरकको दुःख सवैभन्दा असह्य हुन्छ ।

*दृष्टान्त*

**यहाँ एक दिनमा कुनै व्यक्तिलाई तीन सय**
**भालाहरूले अत्यन्त पीडा दायक रूपमा छेड्दा**
**जति दुःख अनुभव हुन्छ । त्यसलाई नरकको**
**दुःखको एक सानो अंशसँग सम्म पनि दाँज्न सकिन्न । ।।८६।।**

यो मानव लोकमा एक दिनमा तीन सय भालाहरूले तीव्ररूपमा निरन्तर घोचि रहँदा कुनै व्यक्तिलाई जति दुःख हुन्छ त्यो त नरकको दुःखको एक अंश वरावर पनि हुँदैन । उदाहरणको हिसावले नरकको दुःखलाई बुझाउँनै सकिन्न ।

*दुःख भोगाई अवधि*

**यस्तो अत्यन्तै असह्य दुःख सहस्र कोटि**
**वर्षसम्म अनुभव गर्नुपरे पनि उनीहरूको**
**अकुशल कर्मको क्षय नभएसम्म त्यस्तो**
**जीवनबाट मुक्त हुँदैनन । ।।८७।।**

पहिले वयान गरिएका त्यस्ता असहय दुःखहरू सहस्र कोटि (करौडौं) वर्षसम्म भोग्नु परे पनि तिनीहरूको हेतुरूपी अकुशल कर्म नरित्तिएसम्म दुःखबाट छुटकारा हुँदैन । जसरी पनि भोग्नै पर्छ ।

*त्यसको हेतु त्यागने*

**यी अकुशल फलहरूको वीउ त आफ्नै काय,**
**वाक् र चित्तले गरेका नराम्रा कर्महरू हुन ।**
**त्यसैले तिमीले अकुशल कर्म लेशमात्र**
**पनि नगर्ने प्रयत्न गर ।।८८।।**

अगाडि बयान गरेको अकुशल कर्मका फलहरूको वीउ प्राणी हत्या जस्ता कायका, ढाँट्ने जस्ता वोलीका र लोभ जस्ता चित्तका अकुशल कर्महरू भएकाले हे राजन ! तिमीले त्यस्ता अकुशल कर्महरू लेश मात्र पनि नगर भनी उपदेश दिइएको हो ।

पशुको दुःखमा पशुको सामान्य दुःखहरू र दुःखहरूको अलगअलग बयान गरी दुई वटा छन् ।

*पशुको सामान्य दुःखहरू*

**पशु योनीमा जन्मदा पनि मारिने, बाँधिने, कुटिने**
**जस्ता विभिन्न दुःख हुन्छन् । शान्ति दिने कुशल**
**कर्म त्यागनाले एकले अर्कालाई खाने जस्ता अत्यन्तै**
**असह्य दुःख भोग्नु पर्छ । ।।८९।।**

पशुको योनामा जन्मे पनि अरुले मार्ने, पासो आदिबाट बाँधिने र छडी आदिले कुटिने जस्ता मनुष्य र अमनुष्यद्वारा हुने विभिन्न दुःखहरू भोग्नु पर्छ । शान्त निर्वाण पाउने मुक्तिमार्गरूपी कुशल धर्म त्यागनाले निमग्न (मूढ) अवस्थामा एउटाले अर्कालाई खाने जस्ता अत्यन्तै असह्य दुःख भोग्नु पर्छ ।

*दुःखहरूको अलग अलग वयान ।*

**केही पशुलाई मोती, ऊन, हाड, मासु र**
**छालाको लागि मारिन्छ । विचरा अरु**
**प्राणीहरूलाई लात्ती, मुड्की, कोर्रा र अकुंश**
**प्रयोग गरी काममा लगाइन्छ । ।।९०।।**

पानीमा वस्ने केही जन्तुहरूलाई मोतीको लागि मारिन्छ । त्यस्तै भेडाँ आदिलाई ऊनको लागि, हात्ती आदिलाई हाड र रगतको लागि, मृग आदिलाई मासुको लागि, वाघ आदिलाई छालाको लागि मारिन्छ । अरुको अधीनमा रहेका

**घोडा** आदिलाई लात्तीले, वयल आदिलाई हातले, गधा आदिलाई कोर्राले, हात्ती आदिलाई अकुंश र लट्ठीले कुटेर तथा घोचेर नोकर जस्तो वनाएर काममा जोताइन्छ ।

तेश्रो प्रेतको दुःखमा संक्षिप्त र विस्तृत गरी दुई छन् ।

*संक्षिप्त*

**प्रेत योनीमा पनि चाहेको कुरा नपाएर**
**उत्पन्न दुःख हुन्छ ।अविछिन्न भोक,**
**तिर्खा, जाडो, गर्मी, थकाइ र डरले**
**गर्दा अत्यन्तै असहय दुःख भोग्नु पर्छ । ।।९१।।**

प्रेत योनीमा जन्मदा पनि चाहेको चीज नपाएर उत्पन्न हुने दुःख अटुट रूपमा पैदा हुन्छ । भोक, तिर्खा, हिउँदको जाडो, ग्रिष्मको गर्मी, खाना खोज्न जादाँको थकाइ, अरुले हतियार वोकेको देख्दा हुने डरले गर्दा अति नै असह्य दुःख हुन्छ ।

विस्तृत वयानमा दुःख र त्यसको हेतु गरी दुई छन् । दुःखमा पनि वास्तविक दुःख र भोगाईको समय पर्छन ।

*वास्तविक दुःख :*

**केहीको मुख सियोको प्वाल जत्रो र पेट चाँहि**
**पर्वत जत्रा हुने भएकाले भोकले पीडित हुन्छन् ।**
**खान खोज्दा अरुले फालेको फोहोरी वस्तुको**
**टुक्रासम्म पनि पाउन सक्दैनन् । ।।९२।।**

केही प्रेतहरूको मुख सियोको प्वाल जत्रो सानो र पेट चाँहि पर्वत जत्रै ठूलो हुने भएकाले भर्न गाह्रो भएर भोकले पीडित हुन्छन् । सिंगान जस्तो फोहर र काम नलाग्ने अलिकति वस्तु पाए पनि खान सक्दैनन ।

**कोहीको जीउ ताल वृक्षको सुकेको टुप्पो जस्तै छाला**
**र हाड मात्र बाकी भएको नाङ्गो जीउ हुन्छ । केहीको**
**मुखमा राती आगो वल्छ र खानाको लागि वली रहेको**
**मुखमा परेको वालुवा मात्र हुन्छ । ।।९३।।**

कुनैं प्रेतको बाहिर छाला र भित्र हाड मात्र बाँकी भएकाले मासु सुकेर लुगा नभएको नाङ्गो हुन्छ । दृष्टान्तको लागि टुप्पो सुकेको तालको वोट जस्तै जीउ हुन्छ । कसैको मुखवाट राती आगो दन्कन्छ भने खाना खान खोज्दा आगो दन्केको मुखमा वालुवा मात्र हुन्छ ।

**केही तल्ला जातका प्रेतहरूले पीप, दिसा,**
**रगत जस्ता फोहोर पनि नपाउने भएकाले**
**एक अर्काको अनुहारमा हिर्काउदा घाँटीको**
**गाँड फुटेर आएको पीप खान्छन् । ।।९४।।**

तल्लो स्तरको केही प्रेतहरूले पीप र दिसा जस्ता दुर्गन्धी वस्तु र रगत जस्ता फोहोर वस्तु पनि नपाउँदा रिसाएर घन जस्ता हतियार लिएर एक अर्काको मुखमा हिकाउदा घाँटीको घाउ फुटेर आएको पीप खाएर प्राण बचाउँछन् (जीवन धान्छन्) ।

**प्रेतहरूलाई ग्रीष्म ऋतुको चन्द्रमा पनि तातो हुन्छ**
**भने हिउँदको घाम पनि चिसो हुन्छ । रुखहरूमा**
**फल फलेको भए पनि यिनीहरूले देख्ने वित्तिकै**
**फलरहित हुन्छन् भने नदी पनि सुक्छन् । ।।९५।।**

प्रेतहरूलाई गर्मी यामको चन्द्रमा पनि तातो भएर पोल्छ भने हिउँदको घाम पनि चिसो हुन्छ । राम्रो रूख पनि यिनीहरूले देख्ने वित्तिकै फल रहित हुन्छन् भने नदीको पानी पनि सुकेर जान्छ ।

*प्रेतहरूको आयु (भोगाइको समय)*

**निरन्तर दु:ख पाइरहने दोषयुक्त चर्याको**
**कर्ममा कसिएर बाँधिएका केही पाँच र**
**दश हजार वर्षसम्म पनि मर्दैनन् । ।।९६।।**

यसरी अनवरत रूपमा दु:ख पाइरहेको दोषयुक्त कर्मको पासोले असाध्यै कसेर बाँधिएको यी केही देहधारीहरू पाँच वा दश हजार वर्षसम्म पनि नमरीकन दु:ख भोगिरहन्छन् ।

*प्रेत भएर जन्मने हेतु*

**यसरी प्रेतहरूले अनेक थरिका दु:खको जुन एक**
**रस पाएका छन् त्यसको कारण व्यक्तिहरूको**
**कन्जुस्याई प्रतिको लगाव हो । तसर्थ बुद्धले**
**कृपणतालाई अनार्य भन्नु भएको छ । ।।९७।।**

प्रेतहरूमा भोक र तिर्खा जस्ता विभिन्न प्रकारका दु:खहरू भएकाले दु:ख एकरसमा पाएका हुन्छन् । त्यस्ता दु:खहरूको कारण चाँहि व्यक्तिहरूको कन्जुस्याँइ हो । कन्जुस्याँइ आर्यहरूको धर्म हैन भनी भगवान् बुद्धले वताउनु भएको छ । संचय गाथामा यस्तो वताइएको छ, 'कन्जूस व्यक्तिले प्रेत योनिमा जन्म लिन्छ । यदि कुनै कारणले गर्दा मनुष्य जुनीमा जन्म लिए पनि गरीव हुन्छ ।'

देवताहरूको दु:खमा संक्षिप्त र विस्तृत गरी दुई छन् ।

*संक्षिप्त*

**स्वर्गमा धेरै सुख भए पनि त्यसभन्दा**
**पनि वढी मृत्यु र पतनको दु:ख हुन्छ ।**
**यसरी विचार गरेर शिष्ट व्यक्तिहरूले**
**नाशवान स्वर्गको तृष्णा नगर्नु । ।।९८।।**

स्वर्गमा काम देवताको रूपमा जन्म लिएर सवै प्रकारका भोग विलास गरेर धेरै सुख पाए पनि मरेर पतन हुनेवालाको दु:ख पहिलेको सुखभन्दा पनि धेरै नै बढी हुन्छ । यस्तो सोचेर सज्जन व्यक्तिहरूले त्यस्तो सुखलाई अस्थिर र क्षयवान सम्झेर स्वर्गमा जाने चाहना गर्नु हुन्न ।

*विस्तृत व्याख्या*

**शरीरको रंग कुरूप हुन्छ, आसनमा**
**रुचि हुँदैन । फूलको माला गल्न थाल्छ,**
**लुगामा मयल पर्न थाल्छ र जीउवाट पहिले**
**नभएको पसिनाको दुर्गन्ध आउँन थाल्छ । ।।९९।।**

देवताहरूको मृत्यु हुने वेलामा जीउको रंग कुरूप हुन थाल्छ । आफ्नो आसनमा पहिला जति वसे पनि आनन्द आइरहन्थ्यो भने अव त्यसमा बस्नै मन लाग्दैन । अलंकारको रूपमा रहेको फूलको माला गल्छ भने लुगामा मयल लाग्छ । जीउमा पहिले नआउने पसीना आउन थाल्छ ।

**स्वर्गमा हुने मृत्यु र पतनका पाँच**
**लक्षणहरू देवलोकमा स्थित देवताहरूमा**
**हुन्छन् । यिनीहरू पृथ्वीमा मर्ने मानिसहरूका**
**लक्षणहरूसँग समान हुन्छन् । ।।१००।।**

स्वर्गका देवताहरूको मृत्यु हुन लागेको जनाउने यी पाँच चिन्हहरू देवलोकमा स्थित देवताहरूमा हुन्छन् । यिनीहरू पृथ्वीमा वस्ने मानिसहरूको मृत्यु हुने वेलामा देखा पर्ने मृत्युका चिन्हहरू जस्तै हुन ।

**देवलोकबाट पतन हुँदा यदि कुनै कुशल**
**कर्म बाँकी रहेनछ भने तिनीहरू विवश**
**भएर पशु, प्रेत र नरकमध्ये कुनैमा पनि**
**जन्मनु पर्ने हुन्छ । ।।१०१।।**

त्यति मात्र नभईकन देवलोकबाट मृत्यु भएर पतन हुने वेलामा स्वर्गमा जन्मने हेतुरूपी कुशल कर्म सवै सकिएको रहेछ भने तिनीहरू लाचार भएर पशु, प्रेत र नरक लोकहरूमध्ये कुनै एउटामा जन्मेर दुःख भोग्नुपर्छ ।

*असुरहरूको दुःख*

**असुरहरूमा देवताहरूको ऐश्वर्यप्रति स्वभावैले**
**इर्ष्या हुने भएकाले मानसिक दुःख धेरै नै हुन्छ ।**
**उनीहरू बुद्धिमान् भए पनि जन्म आवरणले गर्दा**
**सत्यलाई देख्न सक्दैनन । ।।१०२।।**

असुर योनीमा जन्म लिए पनि ईर्ष्याको अनुकूल प्रत्ययले गर्दा देवताहरूको ऐश्वर्यप्रति ईर्ष्या उत्पन्न हुने भएकाले धेरै मानसिक दुःख अनुभव गर्छन । ती असुरहरू बुद्धिमान भए पनि कर्मविपाक अथवा जन्मको आवरणले गर्दा सत्यलाई देख्न सक्तैनन् ।

त्यस्तो जानेर संसारमा जन्मनैवाट रोक्ने उपदेशमा जन्म हुनवाट रोक्न आवश्यकता पर्ने कारण र त्यस्तो कारणले जन्म रोक्नको लागि तीव्र रूपमा प्रयत्न गर्ने उपदेश गरी दुई छन् ।

*जन्म रोक्नु पर्ने कारण*

**संसार त्यस्तो भएको हुनाले देव, मनुष्य, नरक,**
**प्रेत र पशु भएर जन्म लिनु राम्रो हुँदैन ।**
**जन्मिएमा विभिन्न वाधाहरूको**
**भाँडो भइन्छ भनी जान । ।।१०३।।**

संसारको स्वभाव अर्थात् दोषहरूलाई भर्खरै व्याख्या गरिएको जस्तै हुनाले त्यस्ता देव मनुष्य, नरक, प्रेत र पशुको योनिहरूमा जन्मनु राम्रो हुन्न । त्यहाँ जन्मदा भय र दुःखका धेरै बाधाहरूको भाँडो भइन्छ भन्ने कुरा जान्नु पर्छ ।

*जन्म रोक्न अत्यधिक रूपमा प्रयत्न गर्नु*

**शिर वा लुगामा अकस्मात् आगो लाग्दा**
**त्यसलाई निभाउँन छोडेर पनि पुनर्जन्म**
**रोक्नको लागि प्रयत्न गर किनकि त्योभन्दा**
**महान र श्रेष्ठ प्रयोजन अर्को छैन । ।।१०४।।**

आफ्नो शिर वा लुगामा अकस्मात आगो सल्केमा त्यसलाई निभाउँन तुरुन्तै प्रयत्न गर्नु पर्ने भए पनि संसारको दोषहरू वुझ्केको विज्ञले तत्काल त्यो आगो समेत निभाउँन छोडेर शरीर र प्राणको समेत परवाह नगरी पुनर्जन्म हुनुवाट रोक्ने उपाय प्रयोग गर्नमा प्रयत्न गर्नु पर्छ किनकि पुनर्जन्मलाई रोक्नुभन्दा महान र श्रेष्ठ लक्ष्य (प्रयोजन) अर्को कुनै पनि हुँदैन ।

शुद्धिकरणमा (निर्वाण) प्रवेश गर्ने विधिमा फलरूपी मुक्तिप्रतिको निश्चय र हेतुरूपी मार्गसत्यको अभ्यास विधि गरी दुई छन् ।

*फलरूपी मुक्तिप्रतिको निश्चय*

**शील समाधि र प्रज्ञा द्वारा शान्त, विनीत,**
**निर्मल निर्वाणपद जुन पृथ्वी, जल, अग्नि,**
**वायु, सूर्य र चन्द्रहरूबाट मुक्त छ । अजर,**
**अमर, अक्षय छ । त्यो प्राप्त गर्न प्रयत्न गर ।।१०५।।**

हेतु शील, समाधि र प्रज्ञारूपी तीन शिक्षा रत्नहरूद्वारा फल निर्वाण प्राप्त हुन्छ । उक्त निर्वाण दुःख शान्त भएको, भवसंयोजनहरूवाट मुक्त भएको, विनीत ( शान्त), क्लेशहरूवाट मुक्त भएकाले निर्मल अवस्था हो । उक्त अवस्था जन्म, मृत्यु र क्षयवाट मुक्त भएकाले अजर, अमर र अक्षय हुन्छ । अबौद्धहरूले मुक्तिलाई पृथ्वी,

जल, अग्नि, वायु, सूर्य र चन्द्र जस्तो रूपवान् छ भन्दछन् । त्यस्तो नठानेर पदार्थबाट मुक्त अवस्था प्राप्त गर्न प्रयत्न गर्नुपर्छ । यसलाई स्कन्धहरू निरोध भएको निरूपाधिशेष शान्त निर्वाण र इन्द्रियहरू दमन भएको सोपधिशेष विनीत निर्वाणको रूपमा पनि बताउन सकिन्छ । ती दुवै प्रकारका निर्वाणमा क्लेश नभएकाले विमल भनेर पनि भन्न सकिन्छ ।

हेतुरूपी मार्ग सत्यको अभ्यास विधिमा दर्शन मार्ग र भावना मार्ग गरी दुई छन् । दर्शन मार्गमा मार्गको सार सात बोधका अङ्गहरू र शमथ तथा विपश्यनासँग सम्बन्धित गम्भीर प्रज्ञाको योग गरी दुई छन् ।

*सात बोध्यङ्गहरू*

> **स्मृति, धर्म प्रविचय, वीर्य, प्रीति, प्रश्रब्धि, समाधि र**
> **उपेक्षारूपी सात बोध्यङ्गहरू नै निर्वाण प्राप्तिका**
> **कुशल संभारहरू हुन ।।१०६।।**

दर्शन मार्गको वेलामा आलम्बन (ध्यानको विषय) लाई नबिर्सने स्मृति, धर्म प्रविचय गर्ने (जाँच्ने) प्रज्ञा, त्याग्ने र ग्रहण गर्ने (लिने) मा प्रयत्न गर्ने वीर्य, मन खुशी हुने प्रीति, काय र चित्तको कर्मण्यता (क्रियाशीलता) रूपी प्रसब्धि, मन एकाग्र हुने समाधि र लय तथा औद्धत्य (निमग्न र चंचलता) बाट मुक्त उपेक्षा नै बोधका सात अङ्गहरू हुन । यहा बोध भन्नाले निर्वाणलाई बुझाउँछ भने अङ्ग भन्नाले त्यस अनुसार साधना गर्ने उपाय भन्ने बुझिन्छ । अनात्म बोध गर्ने प्रज्ञा नै बोधिको स्वरूप भएकोले त्यो स्वभावलाई सम्झनु (स्मृति) त्यसको अबस्था पाउनको लागि प्रयत्न गर्नु वीर्य, निश्चित बोध हुनु प्रीतिरूपी फाइदा हुन भने बाँकी तीनबटा चाँहि क्लेश नभएका अङ्गहरू हुन । यसरी ती सातवटा निर्वाण प्राप्त गर्ने कुशल संभार हुन् ।

*शमथ विपश्यनाको संक्षिप्त उल्लेख*

> **प्रज्ञा नभएमा ध्यान हुँदैन । ध्यान विनाको**
> **प्रज्ञा पनि हुँदैन । यी दुवै भएका व्यक्तिहरूको**
> **लागि भवसागर पनि गाईको पाउको डोवमा**
> **जमेको पानी बराबर हुन्छ ।।१०७।।**

धर्महरूको स्वभावलाई जाँच्ने प्रज्ञा नभएमा उत्तम मोक्षको हेतुरूपी ध्यान हुदैन भन्नुको अर्थ प्रज्ञा बोधको विषयमा समतामा रहनुको लागि हो । ध्यान नभएमा पनि सम्यक विमुक्ति मार्गको प्रज्ञा नहुने नभएकाले चित्तलाई समतामा राखी यथाभूत प्रज्ञा (शून्यता) उत्पन्न गर्नु पर्छ । तसर्थ जो व्यक्तिमा प्रज्ञा र ध्यान

अर्थात् शमथ र विपश्यना दुवैको **संयोग हुन्छ,** उसले यो अपार भवसागरलाई **पनि** गाईको डोव (पाइला) मा भरिएको पानी बराबर बनाउन सक्छ अर्थात् **शमथ र विपश्यना** युक्त व्यक्तिमा त्यस्तो क्षमता हुने भएकाले उसलाई संसारको **सागर (भव** सागर) सुकाउन पनि मुस्किल हुँदैन ।

दोस्रोमा त्याग्नु पर्ने विपरीत अव्याकृत दृष्टिहरूको बयान र त्यसको प्रतिपक्ष विशुद्ध स्वभाव प्रतीत्य समुत्पादको विषय पर्छन ।

*चौध अव्याकृत दृष्टि*

**अर्कवन्धुले बताउनु भएका चौध अव्याकृत**
**दृष्टिहरूको बारेमा चिन्तन गर्नु हुन्न किनकि**
**तिनीहरूको चिन्तनले मन शान्त हुँदैन ।।१०८।।**

आत्मा र लोक शास्वत छन्, यी दुवै अशास्वत छन्, दुवै छन् र दुवै छैनन् जस्ता पूर्वान्तको आधारमा चार छन् । आत्मा र लोक अन्तवान छन्, अन्तवान छैनन्, दुवै छन, दुवै छैनन् जस्ता अपरान्तको आधारमा चार छन । तथागत मृत्यु (परिनिर्वाण) पछि उहाँ आउनु हुन्छ हुन्न, दुवै हुन्छन्, दुवै हुन्नन जस्ता निर्वाणमा आधारित चार छन् । शरीर र प्राण एउटै हुन् भिन्न हुन भन्ने वारेका दुई शरीर र प्राणसँग सम्बन्धित गरी चौध अव्याकृत दृष्टिहरू हुन्छन् भनी लोकका उत्तम शास्ता अर्क बन्धु (बुद्ध) ले राम्रोसँग बताउनु भएको छ । तिनीहरूलाई त्यस्तै गरी सम्भनु पर्दैन किनकि तिनीहरूबाट हाम्रो मन शान्त हुँदैन, आत्तिएर मन **थाक्छ** । यहाँ अव्याकृत भन्नाले यी विषयहरूलाई अबौद्धले आत्मा नित्यछ भन्ने सोचेर **प्रश्न** गरेको हुनाले विशेष्य आत्मा नै नभएकाले विशेषण अव्याकृत हुन्छ । आत्माको खण्डन गरे पनि निरर्थक हुन्छ (काम नै लाग्दैन) भन्ने सोचेर यी प्रश्नहरूको उत्तर नदिनु भएको हो (अब्याकृत = अकथनीय) भन्नु भएको हो ।

प्रतीत्यसमुत्पादमा वास्तविक प्रतीत्यसमुत्पाद र प्रतीत्यसमुत्पादको महत्ता गुण बताइएको गरी दुई वटा छन् ।

*वास्तविक प्रतीत्यसमुत्पाद*

**अविद्याबाट संस्कार (कर्म), संस्कारबाट**
**विज्ञान, त्यसबाट नाम रूप आउँछन् ।**
**नाम रूपबाट षडायतन, त्यसबाट स्पर्श**
**उत्पन्न हुन्छ भनी मुनिले बताउनु भएको छ ।।१०९।।**

**स्पर्शबाट सबै वेदनाहरू उत्पन्न हुन्छन् ।**
**वेदनामा आधारित भएर तृष्णा उत्पन्न हुन्छ ।**
**तृष्णाबाट उपादान र उपादानबाट**
**भव र भवबाट जाति (जन्म) हुन्छ ।।११०।।**

**जन्म भएमा शोक, रोग, जरा, असंतुष्टि,**
**चाहेको वस्तु नपाउने, मृत्यु, भय जस्ता**
**अत्यन्त धेरै दु:खहरूको समूह उत्पन्न हुन्छ ।**
**जन्म नै निरोध भएमा यी सबै निरोध हुन्छन् ।।१११।।**

यसको वारेमा भावना गर्नको लागि यसरी सोच्नु पर्छ । अनात्माको अर्थ थाहा नपाएको (नबुझेको) अविद्याबाट कर्म संस्कार उत्पत्ति हुन्छ । त्यसबाट वीज प्रक्षेपणको विज्ञान बन्छ । त्यसबाट चार वटा नाम (वेदना, संज्ञा, संस्कार र विज्ञान) तथा कलल आदि रूप उत्पत्ति हुन्छ । त्यसबाट आँखा आदि भित्री षडायतन उत्पत्ति हुन्छन् । त्यसबाट विषय, इन्द्रिय र विज्ञानको संसर्गबाट ६ किसिमको स्पर्शहरू हुन्छन् भनी मुनि (बुद्ध) ले बताउनु भएको छ ।

स्पर्शबाट सुख, दु:ख आदि वेदनाको उत्पत्ति हुन्छ । वेदनाको आधारमा चाहने र नचाहने तृष्णा उत्पत्ति हुन्छ । तृष्णाबाट त्यसको विषयप्रति आसक्त हुने उपादान उत्पत्ति हुन्छ । त्यसबाट कर्मभव उत्पत्ति भई पछिल्लो जन्म शुरु हुन्छ । जन्म भएमा शोक, रोग, बूढ्यौली, चाँहेको चीज नपाउँने, मृत्यु, भय, परिदेव (विलौना), दौर्मनस्य (मनमा अशान्ति) आदि असाध्यै धेरै दु:ख स्कन्ध उत्पत्ति हुन्छ । अविद्याको निरोध भएमा (रोकिएमा) संस्कारको निरोध हुन्छ । यसै प्रकारले जन्म निरोध भएमा शोक आदि सबै दु:खको निरोध हुन्छ ।

*प्रतीत्यसमुत्पादको महत्ता गुण वताइएको*

**यो प्रतीत्यसमुत्पाद जिनका वचनको**
**भण्डारमध्येमा अमूल्य र गम्भीर छ ।**
**जसले यसलाई सही रूपमा देख्छ उसले**
**उत्तम स्वभावरूपी बुद्धलाई देख्छ । ।।११२।।**

माथि वताइएको प्रतीत्यसमुत्पाद भगवान् बुद्धका विस्तृत र धेरै विषय भएका बचनको भण्डारमध्ये महत्वपूर्ण अर्थ भएको गम्भीर रत्नको राजा जस्तै छ । जसले प्रतीत्यसमुत्पादको यो थितिलाई राम्रोसँग देख्छ उसले प्रज्ञा चक्षुले युक्त भएर बुद्धको धर्मकायको स्वभाव तत्वलाई उत्तम रूपबाट देख्छ ।

*चार आर्य सत्य देख्ने प्रज्ञा*

**यसरी चार आर्य सत्यहरूलाई देखनको**
**लागि सधै प्रयत्न गर ।।११५।।**

भर्खरै वताइएको यी चार आर्य सत्यहरूको तत्वलाई देख्नको लागि सधै नै मार्गको भावना गर्नमा प्रयत्न गर्नु पर्छ ।

उत्साह जगाउनेमा माथि बताएको जस्तो अभ्यास गर्न उत्साह जगाउने तीन विषय छन् । तल्लो आधार भए पनि सफल भइन्छ भनी उत्साह जगाउने, आफूले कम अभ्यास गरेको भए पनि सफल हुन्छ भनी उत्साह जगाउने र आफ्नो क्षमताले भ्याएसम्म अभ्यास गर्न उत्साह जगाउने नै तीन वटा हुन् ।

*तल्लो आधार भए पनि सिद्ध हुन्छ भनी उत्साह जगाउँने:*

**काखमा उत्तम श्री लिएका गृहस्थहरूले पनि**
**यो वुझेर क्लेशरूपी नदी तर्न सक्छन् । ।।११५।।**

**सद्धर्मको साक्षात्कार गरेका व्यक्तिहरू पनि आकाशवाट**
**खसेका वा अनाज (वालीनाली) जस्तो जमीनबाट उम्रेका**
**नभएर पहिले स्थूल क्लेश भएका पृथग्जन नै हुन् । ।।११६।।**

म गृहस्थले आर्य सत्य देख्न सक्तिन भनेर सोच्नु पर्दैन । काखमा छोरा, श्रीमती, धन सम्पति जस्ता श्री भएका व्यक्तिले पनि तिनीहरू नत्यागीकन पनि त्याग्ने र ग्रहण गर्ने कुरा जानेर क्लेशरूपी नदी तर्न सकिन्छ । सद्धर्मको अवस्थारूपी धर्म (चार आर्य सत्यहरू) को साक्षात्कार गरेका जिन र महान् अरहत्हरू पनि वर्षा जस्तो आकाशवाट खसेका वा वालीनाली जस्तो जमीनबाट निस्केका नभएर अगाडी स्थूल क्लेश भएका वा क्लेशहरूको अधीनमा रहेका पृथग्जन (सामान्य व्यक्ति) नै थिए । त्यस कारण मैले पनि मार्गको भावना गरेर क्लेशको वन्धनलाई तोडेर आर्यहरूकै जस्तो फल प्राप्त गर्न सक्छु भनेर सोच्नु पर्छ ।

*काम अभ्यास गरेको व्यक्ति भए पनि सफल हुन्छ भनी उत्साह जगाउने :*

**हे भयमुक्त (राजन) ! तिमीलाई धेरै सिकाउँनुको आवश्यकता**
**छैन । तिम्रो चित्तलाई वशमा राख । यो नै सवैभन्दा हितकारी**
**उपदेश हो । भगवान् बुद्धले ने चित्त नै धर्महरूको मूल हो**
**भनी वताउनु भएको छ । ।।११७।।**

अरुको भयवाट मुक्त भन्नाले परवादी (शत्रु) द्वारा डर नभएको भन्ने बुझिन्छ । त्यस्तो निर्भय व्यक्तिलाई धेरै कुरा बताइरहनुको जरुरी के छ र ? हितकारी उपदेशको सार यस्तो छ :–

तिमीले आफ्नो चित्तलाई वशमा राख । भगवान् बुद्धले पनि चित्त (मन) नै धर्मको मूल हो । चित्तलाई बशमा राख्नुपर्छ । चित्तलाई वशमा राख्नाले सुख पाइन्छ भनी बताउनु भएको छ ।

*आफ्नो क्षमताले भ्याएसम्मको अभ्यास गर्न उत्साह जगाउने :*

**तिमीलाई दिएका यी उपदेशहरू प्रयत्नरत**
**भिक्षुहरूले पनि अभ्यास गर्न गाह्रो छ ।**
**तसर्थ यी चर्याको साररूपी गुणलाई सेवन**
**गरेर जीवनलाई सार्थक वनाउ ।।११८।।**

हे राजन ! तिमीलाई पहिले वताएका यी उपदेशहरूको अभ्यास गर्न घरवार त्यागेका भिक्षुहरूको लागि पनि गाह्रो छ भने राजकाजमा व्यस्त तिमीलाई त गाह्रो नै होला । तैपनि आफ्नो सार्मथ्यले भ्याएसम्म आचरण गरेर त्यसको साररूपी गुणको सेवन गरेर यो जीवनलाई सार्थक वनाउ ।

तेश्रो पर्यवसान कल्याणरूपी समापन अभ्यासमा अनुमोदन र परिणामना उपदेशहरू तथा अगाडिका मार्ग र फलको सम्पूर्ण विषय संक्षिप्त गरेको उपदेश गरी दुई छन् ।

*परिणामना*

**सवैले गरेका कुशल कर्महरूको**
**अनुमोदन गरेर आफूले राम्रोसँग**
**गरेका तीन प्रकारका चर्याहरू पनि**
**बुद्धता प्राप्तिको लागि परिणामना गर ।।११९।।**

पृथग्जन र आर्यले गरेका सास्रव र अनास्रव सवै पुण्यहरूमा अनुमोदन गर्नुपर्छ । आफूले तीनद्वार (काय, वाक् र चित्त) द्वारा गरेका शुभ चर्याहरू पनि अरुहरूको हितको लागि बुद्धता प्राप्ति होस् भनेर परिणामना गरेर महायानको अनुत्तर साधनवाट सवैको हित गर्नु पर्छ ।

*परिणामनाको फल*
*मार्गको हाल देखा पर्ने फल र अन्तमा बुद्धता प्राप्तिको फल*

**तव यो पुण्य राशिद्वारा तिमीले अनगिन्ती जन्महरूसम्म देव र मनुष्य लोकका योगीहरूलाई वशमा लिएर (अभ्यास गरेर) आर्य अवलोकितेश्वरको समान चर्या गरेर अनेकौ असहाय दु:खी व्यक्तिहरूलाई अनुगृहीत वनाई फेरि जन्म लिएर रोग, बूढोपन, राग र द्वेषहरू हटाएर शुद्ध क्षेत्रमा भगवान् अमिताभ समान अपरिमित आयु भएको जगन्नाथ वनूँ ।।१२०–१२१।।**

यसरी त्रिकोटी परिशुद्ध पुण्य परिणामन गरेको महान र विस्तृत पुण्य राशिद्वारा तिमीले मार्ग साधनको वेलामा अनगिन्ती जन्मसम्म देव र मनुष्य लोकमा जन्मेर सवै मार्गहरूको भावना गरेका योगी नरेन्द्रकै अवस्था साक्षात्कार गरे पनि शैक्ष मार्गको वेलामा आर्य अवलोकितेश्वरका जस्तै चर्याहरू गरेर धेरै असहाय प्राणीहरूलाई अनुग्रहित गर्नु पर्छ अर्थात् करुणाले गर्दा संसारमा वारम्वार जन्म लिएर प्राणीहरूको रोग, बुढयौली (बुढोपन), राग र द्वेष आदि दोषहरूको निराकरण गर्नुपर्छ । अन्तमा अशैक्ष मार्गको समयमा स्वयं आफूले नै ग्रहण गरेको बुद्ध क्षेत्रमा भगवान् अमिताभ जस्तै लोकनाथ भएर संसार रहेसम्मको अपरिमित आयु प्राप्त गरूँ ।

*अगाडिका मार्ग र फलको सम्पूर्ण विषय संक्षिप्त गरेको उपदेश*

**प्रज्ञा, शील एवं त्यागबाट उत्पन्न निर्मल ख्यातिलाई देवलोक, आकाश, धरतीमा फैलाएर पृथ्वीका मानव र स्वर्गका अनुपम सुन्दरीहरूको साथमा सुखमा लिप्त हुने देवताहरूलाई शान्त वनाएर क्लेशहरूवाट पीडित प्राणीहरूका भय, जन्म र मृत्युलाई शान्त वनाउने जिनेन्द्र बनेर लोकातीत, नाम मात्र, शान्त, भय मुक्त, जरामुक्त, अक्षय र निर्दोष पद प्राप्त गरुँ । ।।१२२–१२३।।**

प्रज्ञा, शील र त्यागबाट उत्पन्न र दोषहरूबाट मुक्त निर्मल ख्यातिले देवलोक, आकाश र धरतीको मानवलोकमा सवैमा व्याप्त गराएर अर्थात् फैलाएर पृथ्वीमा रहेका मानिसहरू र अत्यन्त सुन्दरी अप्सराहरूसँग रहेर शरीर र मनको सुखमा रमाउने स्वर्गका देवताहरूको कामुक चित्तलाई शान्त पारेर क्लेशरूपी दु:खले पीडित प्राणीहरूका भय, जन्म र मृत्युलाई शान्त पारेर जिनेन्द्र बनी (बत्तीस) लक्षणहरू र (असी) अनुव्यंजनयुक्त अर्थात् भगवान् बुद्धको रूपकाय प्राप्त गरेर अरुको हित गर्ने र आफ्नो हितको लागि धर्मकाय प्राप्त गर । लोकका

विर्तकहरूको क्षेत्रबाट मुक्त भएको (लोकोत्तर) व्यक्तिको नाम मात्र पनि शान्त, मर्ने र विउझने आदि दोषले नछोएको भयमुक्त, बुढयौलीको दोषले नछोएर, रोग आदिले नछोएर उत्तम अवस्थामा प्राप्त गर भनी उपदेश दिइन्छ ।

***समापन :***

लेखकको तर्फबाट र अनुवादकको तर्फवाट गरी दुई छन् । लेखकको तर्फवाट भन्दा आचार्य नागार्जुनद्वारा विरचित र राजा शातवाहन गौतमीपुत्रलाई पठाएको सुहल्लेख पत्र समाप्त भयो । अनुवादकको तर्फवाट भन्दा भारतका उपाध्याय सर्वज्ञदेव र शुछेनका महान लोक चक्षुपाद भन्ते कावा पाल्चेगद्वारा प्राचीन अनुवादको समयमा यो अनुवाद र संपादन गरिएको हो । विषय सूचिको समापन यस प्रकार छ । जसमा समाहित भएर हृदयको वीचमा अनुपम शान्तिको उत्तम स्वादको रस लिएका, भवको महामारी हटाउने महा अमृत भएको उत्तम आर्य कण्ठको कलशबाट निस्केको यसलाई आफ्नो र अरुको मनमा सेतो कुशल कर्मको वीउ रोप्नको लागि यसको संक्षिप्त अर्थलाई आफ्नै बुद्धिले फेरि लेखेको छु । यसको पुण्यले उत्तम बोधिको परिणामना गर्छु । विशुद्ध तीन शिक्षाहरू भएका महान कल्याण गरेको बेलामा मति विमलद्वारा यो लेखिएको हो । बुद्धको शासन रत्न फैलियोस् ।

पुनश्च: गम्भीर र विस्तृत प्रज्ञाको मेघ भएको, करुणाको गर्जन भएको र
बलको वर्षाले तीन लोकमै सुख पैदा गर्ने
मुनि वचनको गम्भीर र विस्तारका एक लाख नदी
एकै ठाँउमा मिलाउन निपुण श्रीमान् नागेन्द्रको
अचम्मको सुभाषित उदुम्बरको बगैंचामा
मञ्जुनाथ गुरुको चर्याको अरुणले
नयाँ लेखिएको पुण्डरीकमाला टीप्पणी
मौरीरूपी नव सिकारूलाई आनन्दपूर्वक चढाँउछु ।
त्यसबाट उत्पन्न उत्तम निर्मल कल्याणद्वारा
सर्वसत्वले सम्यक दृष्टिको आँखा पाएर
चार आर्य सत्यको प्रवेश र त्यागको डुङ्गाद्वारा
भवसागरबाट तरेर विमुक्तिको रत्नद्वीपमा आराम होस्
हित र सुखको आधार भएको मुनि शासनरत्न
भवको अन्तसम्म नाश नभईकन सदा रहोस,
शासनधरको दीर्धायुहोस, व्याख्या र ध्यानको विस्तार बढोस,
दुई अर्थहरूसहज सिद्ध भएको मङ्गल फैलियोस ।

हिमदेशका एकमात्र वादीसिंह मिफाम जाम्याङ नाम्गयाल ग्याम्छोले रचना गर्नु भएको विषय सूचि र मूलको टीका एकै ठाउँमा मिलाउने काम कुसली जाम्याङ लोड्रो ग्याम्छोले शेछेन गुम्बाको ध्यान गर्ने एकान्त स्थान देम्छोग टाशी गेफेलमा गरेको हुँ ।

# फेनपिण्डोपमा टीका

आचार्य श्रीधर राणा (धर्म बज्र)

त्रिरत्न शरणम्

**स भगवाँन्स्तथागतोऽर्हन् सम्यक्संबुद्धो विद्याचरणसम्पन्नो सुगतो लोकविदनुत्तर: पुरुषदम्यसारथि: शास्ता देवमनुष्याणां बुद्धो भगवानिति ।**

आर्य भदन्त नागार्जुनको सुहृल्लेख ग्रन्थको नेपाली भाषाको अनुवाद यहाँहरू समक्ष प्रस्तुत गर्न पाउँदा अत्यन्तै हर्षित छु । आर्य भदन्त नागार्जुनले दक्षिण भारतको एक शातवाहन राजाको लागि संस्कृत भाषाको यो ग्रन्थ चिठीको रूपमा लेख्नु भएको थियो । यसको संस्कृत मूल अप्राप्य छ भने केवल तिब्बती र चिनियाँ भाषाको अनुवादहरू मात्र उपलब्ध छन् । नेवार बज्राचार्यहरूको पुस्तकालयमा रहेको संस्कृत मूल पनि कुनै दिन पाइएला भन्ने आशा गर्छु । मूल संस्कृत नपाएसम्म तिब्बती या चिनियाँ अनुवादहरू मै भर पर्नु पर्छ । पुण्य प्रसाद पराजुलीले तिब्बती भाषाबाट नेपाली भाषामा अनुवाद गरेर धेरै नै पुण्य कार्य गरेका छन् । सुहृल्लेखलाई धेरै तिब्बती विद्वान् तथा पढे लेखेका प्रशासकहरूले अध्ययन गर्ने र कण्ठस्थ गर्ने गरिरहेका छन् ।

मिफम रिन्पोछेले नै यस ग्रन्थको पूर्ण र दोष रहित व्याख्या गरी सक्नु भएको भए पनि पुण्य प्रसाद पराजुलीले मलाई नेपाली परिप्रेक्ष्यबाट टिप्पणी थप्नु होस् भनेर अनुरोध गरेका थिए । मैले शास्ता (बुद्ध) का गम्भीर उपदेशहरू बुझेको छु वा त्यस अनुसार बुझेको छु भनेर दावी त गर्दिन तैपनि भगवान् बुद्ध देखि नागार्जुन हुँदै अहिले सम्मका अटूट परम्पराका ज्ञान प्राप्त गुरुहरूबाट उपदेश सुन्ने भाग्यशाली कर्म मैले पाएको छु । तसर्थ मेरो शिष्य पुण्य प्रसाद पराजुलीको अनुरोधअनुसार मैले जे बुझेको छु त्यसको आधारमा यो फेनोपिण्डोपम टीकाको रचना गर्दछु ।

मन्जूनाथको वन्दनामा दुई परिज्ञान भन्नाले यथाभूत परिज्ञान र यथावदव्यवस्थान परिज्ञान पर्छन । त्यसमध्ये पहिलो परिज्ञानको शाब्दिक अर्थ जस्तो छ त्यस्तै जानेको ज्ञान भन्ने हुन्छ । यो परमार्थ थाहा पाउने ज्ञान हो त्यस्तै दोस्रो परिज्ञानको अर्थ जति पनि थाहा पाउने भन्ने हुन्छ । यो सवृत्ति थाहा पाउने ज्ञान हो । बुद्धहरूमा यी दुई परिज्ञान पूर्ण हुन्छन् । त्यस्तै गम्भीर र विस्तृत मतको अर्थ भन्नाले महायान बौद्ध परिप्रेक्ष्यमा गम्भीर भनेको शून्यताको व्याख्या हो भने विस्तृत चाहिँ चित्त र ध्यानहरूसँग सम्बन्धित हुन्छ । नागार्जुनले गम्भीर पक्षको व्याख्या गर्नु भयो भने असङ्गले विस्तृत (वैपुल्य) मत फैलाउनु भयो ।

श्लोक

१) यहाँ नागार्जुनले आफ्नो व्यक्तिगत कुरा नदर्शाएर त्रिपिटक (आगम/निकाय) मा आधारित बुद्ध वचनहरूको आधारमा व्याख्या गर्नु भएको छ।

२) यो श्लोकले देखाउँछ कि नागार्जुनको समयमा (इ.पू. १००–इ.सं. १००) नै सुगत/बुद्ध/ तथागतको प्रतिमाको प्रयोग हुन्थ्यो । वास्तवमा बुद्ध आफैंले नै शारिपुत्र जस्ता आर्यहरूको अस्थि धातु, स्तूप तथा आर्यका प्रतीकहरूको पूजा गर्न प्रेरित गर्नु भएको छ । प्रतिमा पनि स्तूप जस्तै नै हो । पाली त्रिपिटिक अंगुत्तर निकायमा यस्ता थुप्रै प्रसङ्गहरू आउँछन्।

३) शास्ताका हरेक वचनहरूको विभिन्न तहको अर्थहरू छन् । तसर्थ तपाईले जतिसुकै अध्ययन गरेको भएपनि तपाईले समात्न नसकेको (ग्रहण गर्न नसकेको) तहहरू त भई हाल्छन्।

४) यी छलाई षडानुस्मृति भनिन्छ। यिनीहरूको ध्यान विधिको उल्लेख श्रावकयान (थेरावाद) र महायान दुवैमा पाइन्छ। यिनीहरू शमथका चालीस कर्मस्थानहरूमा पनि पर्छन। यिनीहरूको ध्यान विधि बुद्धघोष विरचित विशुद्धिमग्गो मा विस्तारमा खुलाइएको छ।

५) कुनै पनि काम कर्मपथ बन्न तीन चेतनाहरू पूरा हुनै पर्छ जसलाई प्रयोग, मौल र पृष्ठ भनिन्छ। उदाहरणको लागि प्राणातिपातको सन्दर्भमा प्राणीलाई मार्ने इच्छा हुनु प्रयोग, कुनै पनि प्रकारले साँच्चिकै मार्नु मौल हो भने मारी सकेपछि प्रसन्न हुनु पृष्ठ हो। यसरी कुनै कर्म गर्ने स्पष्ट इच्छा हुनु, गर्दाखेरी प्रसन्न हुनु र गरी सके पछि पनि प्रसन्न हुनु पूरा भयो भने कर्मपथ पूरा हुन्छ।

८) दान, शील आदि षडपारमिताहरू अभ्युदयको लागि मात्र नचाहिएर निश्रेयस्को लागि पनि चाहिन्छन्। अभ्युदय भनेको लोकमा सुख हो भने निश्रेयस् भनेको मुक्ति हो । पारमिता (पाली भाषामा पारमी) हरू थेरावाद अनुसारको स्रोतापन्न वा महायान अनुसारको दर्शन मार्गमा पस्न लागि चाहिन्छन् । यहाँ त्रिकोटी भन्नाले कर्ता, क्रिया र काम गरिइने वस्तु पर्छन । दान दिँदा दाता, दान दिने काम र दान लिने व्यक्ति साँच्चिकै छन् भनी सोच्नु नै त्रिकोटी हो । यी तीनवटै निस्वभावसिद्ध मानेर दान गर्दा मात्र दान पारमिता बन्छ।

९) आमा बाबुको सेवा सम्बन्धमा भगवान् बुद्धले अंगुत्तर निकाय भित्रको ब्रह्म सुत्त ३:४:१ मा यस्तो बताउनु भएको छ - हे भिक्षुहरू हो ! जुन कुलको घरमा आमा बाबुको आदर हुन्छ, त्यो कुल ब्रह्म भएको कुल हो। पूर्वाचार्य भएको कुल हो, पूजा गर्न योग्य कुल हो । ब्रह्मा, पूर्व आचार्य, पूज्य सबै मातापिताका पर्याय हुन ।

किनभने आमाबाबुले आफ्ना सन्तानको धेरै उपकार गर्छन, पालनपोषण गर्छन, उनीहरूले नै यो संसार देखाएका हुन ।

सन्तानको लागि आमा बाबु नै ब्रह्मा हुन, पूर्वाचार्य हुन, पूज्य हुन, छोराछोरीमा अनुकम्पा राख्छन । त्यसैले बुद्धिमान सन्तानले उहाँहरूलाई नमस्कार र सत्कार गर्नुपर्छ । अन्न, पानी, वस्त्र, बिछ्यौनाको व्यवस्था गर्नु पर्छ । मालिश गर्ने, नुहाउने र पाउ धुने गरेर सेवा गर्नु पर्छ । आमाबुबाको सेवा गर्ने बुद्धिमान व्यक्तिको यहाँ पनि प्रशंसा हुन्छ भने मृत्यु पछि पनि स्वर्गमा आनन्दित हुन्छ ।

त्यस्तै अङ्गुत्तर निकायको ४:२:३ मा यस्तो बताइएको छ - आमा, बुबा, सम्यक संबुद्ध अथवा उहाँका श्रावकप्रति नराम्रो व्यवहार गर्ने व्यक्तिले धेरै नै अपुण्य कमाउँछ । आमाबाबुप्रति गरिएको अधार्मिक चर्याले गर्दा यो लोकमा पनि निन्दा हुन्छ र मृत्यु पछि नरकमा पुगिन्छ । आमा, बुबा, सम्यक् संबुद्ध अथवा उहाँका श्रावकप्रति राम्रो व्यवहार गर्ने व्यक्तिको अपार पुण्य आर्जन हुन्छ । त्यस्ता व्यक्तिको यो लोकमा पनि प्रशंसा हुन्छ भने मृत्यु पछि स्वर्गमा सुख प्राप्त हुन्छ ।

वसुबन्धुको अभिधर्मकोशमा पनि माता पिता विशेष पुण्य क्षेत्र हुन भनी उल्लेख गरिएको छ । यसरी आमाबाबुको सेवाको बौद्ध धर्ममा अत्यन्तै ठूलो महत्व छ ।

१३) अप्रमादको अर्थ यस प्रकार छ ।

**कुशलानां धर्माणाम् प्रतिलम्भनिषेवणम् अप्रमादः** (अभिधर्मकोश भाष्य) अर्थात् कुशल धर्महरूको प्राप्तिको लागि सेवन गर्नु नै अप्रमाद हो । निरन्तर कुशल धर्म पाउनु र त्यसको अनुसरण गर्नु नै अप्रमाद हो । पाली अट्ठकथाअनुसार **सति सम्पजञ्ञ युत्तेन पवत्ता चत्वारो अरुपिनो खन्दा अप्पमाद (स्मृतिसम्प्रजन्ययोगेन प्रवृत्ता चत्वारो अरूपिन : स्कन्धा अप्रमाद)** अर्थात् स्मृति र सम्प्रजन्यले युक्त भएर प्रबृत्त भएका चार अरूपी स्कन्ध नै अप्रमाद हो । यहाँ नै स्मृति र सम्प्रजन्यसँग चल्ने (जाने) चार अरूपी स्कन्ध (वेदना, संज्ञा, संस्कार र विज्ञान) अप्रमाद हो । अप्रमाद भनेको त्यो चित्त (अरूपस्कन्ध अर्थात् वेदना, संज्ञा, संस्कार, विज्ञान) हो जुन स्मृति र सम्प्रजन्यले नियन्त्रित भएको हुन्छ । त्रिंशिका ग्रन्थको स्थिरमति भाष्य अनुसार **यैरलोभादीन् निश्रित्य अकुशलान् धर्मान् प्रजहाति तत्प्रतिपक्षांश्च कुशलान् धर्मान् भावयति तेऽलोभादयोऽप्रमाद :** अर्थात् जसबाट अलोभ आदिलाई आश्रय वनाएर अकुशल धर्महरूलाई त्याग्ने र तिनीहरूको प्रतिपक्षस्वरूप कुशल धर्महरूलाई भावना गरिन्छ ती अलोभ आदि चैतसिक नैं अप्रमाद भनिन्छन् । अलोभ, अद्वेष, अमोह, वीर्य नै

अप्रमाद चैतसिक हुन । त्यस्तै कुशल धर्महरू गरिएको छ कि छैन तथा अकुशल धर्म पसेको छ कि छैन भनेर निरन्तर जाग्रत (सजग) हुनु नै अप्रमाद हो ।

अङ्गुत्तर निकाय चौथो निपात अनुसार अक्रोधी, सदास्मृति, आफूमा एकाग्र चित्त, लोभको वशमा नपरेको, शिक्षा चाहने व्यक्ति नै "अप्रमादी" भनिन्छ । रागादिक्लेशाच्चित्तरक्षणं कुशलभावनञ्चाऽप्रमाद अर्थात् राग आदि क्लेशहरूबाट चित्तको रक्षा गर्नु र कुशल भावमा लाग्नु नै अप्रमाद हो ।

१४) अगुंलीमालले गुरु दक्षिणा चढाउनको लागि एक हजार औंलाको माला बनाउन ९९९ जना व्यक्तिहरू मारेको थियो । अन्तिम औंला पाउनको लागि शास्तालाई नै मार्ने प्रयास गरेको थियो । अजातशत्रुले आफ्नै वाउ विम्विसारलाई मारेको थियो भने शास्तालाई मार्नको लागि देवदत्तलाई सहयोग गरेको थियो ।

२४) धम्मपदको चित्तवग्ग अनुसार चित्तस्य दमथो साधु चित्तं दन्तं सुखावहं अर्थात् चित्तको दमन गर्नु नै साधु हो । चित्त दमनबाट सुख हुन्छ ।

२७) यहाँ विपश्यनाको अभ्यासलाई दर्शाइएको छ ।

२८) सच्चा वौद्धहरू जात आदिमा विश्वास गर्दैनन् ।

३०) यसमा धर्मको नाममा वलिको कर्मबाट फुत्कन मिल्दैन । कसैले धर्म हो भन्दैमा पशु वलिको कर्मबाट फुत्कन मिल्दैन ।

३२) कर्मफल, सत्य, त्रिरत्नप्रति विश्वास गर्नु श्रद्धा धन हो । अकुशल कर्म प्रहाण गर्नको लागि कुशल धर्मको सम्यक उपादेयता शील धन हो । यो पनि आठ संवरहरूबाट युक्त प्रातिमोक्ष संवरको पालन गर्दै पूजा र उपकारको कामनाबाट सम्पत्तिको दान गर्नु त्याग धन हो । पुण्य संभारको लागि मोक्षानुकुल सद्धर्मको श्रवण गर्नु श्रुति धन हो । यहाँ निर्मलको अर्थ श्रवणबाट चित्तको परिशुद्धि हो । आफ्नो अपेक्षाबाट पाप नगर्नु (अवद्यबाट दूर रहनु) ह्री धन हो भने अरुको उपेक्षाबाट पापबाट दूर रहनु अपत्राप्य धन हो । धर्महरूको स्वलक्षण र सामान्य लक्षणको त्रिवेचन गर्नु प्रज्ञा धन हो (महामतिको व्यक्तपदा टीका) ।

३६–३७) यी सात प्रकारका पत्नीहरूको वारेमा शास्ताले अनाथपिण्डिकको बुहारी सुजातालाई बताउनु भएको थियो । एक दिन भगवान् अनाथपिण्डिकको घरमा पाल्नुहुँदा त्यहाँ होहल्ला भएको सुन्नुभएको थियो र के भएको थियो भनरे सोधपुछ, गर्नु भयो । अनाथपिण्डिकले "प्रभु, सुजाता मेरी बुहारी हुन्, सुसम्पन्न परिवारबाट यहाँ ल्याइदिएकी हुन्, न सासुलाई टेर्छिन्, न ससुरालाई टेर्छिन्, न आफ्नो पतिलाई

नै ! न बुद्धलाई आदर कदर गर्छिन् ।" भनी निवेदन गरे । अनि भगवान्ले सुजातालाई आफ्नो सामु बोलाएर सात प्रकारका पत्नीहरूको बारेमा प्रकाश पार्नुभयो - (यी सात प्रकारका पत्नीहरू आजको आधुनिक समाजमा पनि विद्यमान छन्) -

१) बाधक भार्या - उनी कपटी हुन्छिन्, खराब प्रकृतिकी हुन्छिन्, निर्दयी हुन्छिन् र आफ्नो पतिको वास्ता नगरी अरु पुरुषप्रति मन लगाउने खालकी, वेश्यावृत्ति भएकी, दिक्क पार्ने खालकी हुन्छिन् ।
२) चोरभार्या - उनी पतिले जति सुकै (थोरै/धेरै) आम्दानी गरेपनि उडाएर सिद्धयाउने खालकी हुन्छिन् ।
३) आर्य (अधिपति) भार्या – यिनी केही काम गर्न पनि मन नलगाउने, धेरै खञ्चुवा, कठोर र निष्ठुरी, खराब र पीर्ने खालको बोली बोल्न रूचि भएकी, परिश्रमीहरूलाई दवाएर बस्ने आदत भएकी हुन्छिन् ।

यस्ता तीन किसिमका पत्नीहरू नराम्रा हुन् ।

४) मातृभार्या – सधै मैत्री र करुणा भावले आफ्नो पतिलाई आमाले आफ्नो छोरालाई रक्षा गरेझैं रक्षा गरेझैं रक्षा गर्छिन् र पतिको सञ्चित धनलाई सुरक्षा गर्छिन् ।
५) भगिनीभार्या – आफ्नो दाईप्रति बहिनीले आदर गरे झैं पतिप्रति पनि त्यस्तै आदर गर्छिन् । उचित मात्रामा लज्जाशील र पतिको इच्छानुसार चल्ने हुन्छिन् ।
६) सखिभार्या – उनी लामो समयसम्म विछोड भएपछि भेट हुँदा एक मित्रले अर्को मित्रप्रति जसरी रमाउँछ, त्यसरी नै पतिलाई देख्ने वित्तिकै रमाउने खालकी हुन्छिन् । पुण्यवान् र पतिव्रता हुन्छिन् ।
७) दासीभार्या – गाली गर्दा पनि, दण्ड दिँदा पनि रिसाउँदिनन्, बरु शान्त भई पतिको सबै कुरा सहेर क्रोधरहित भई पतिको इच्छा मुताविक चल्छिन् ।

यी चारवटा राम्रा पत्नीहरू हुन् । यी सातमध्ये तिमी कुन चाहीँ हौ सुजाता ? भनि भगवान्ले सोध्नुभयो । भगवान्ले यसो भन्दा सुजाताले आजदेखि भगवान्ले मलाई दासी भार्या हो भनेर मान्नु भए हुन्छ भनेर उत्तर दिइन् र त्यस दिनदेखि अनाथपिण्डिकको घरमा बुहारीको कारणले कचिगंल हुन छोडयो ।

४०) यिनीहरूलाई चार व्रह्मविहार भनिन्छ किनकि तिनीहरूको अभ्यास रूपधातु ब्रह्मलोकमा जाने सबैभन्दा सजिलो उपाय हो । मृत्यु पछि व्रह्मलोक जाने अर्को उपाय कुनै कसीणको प्रयोगबाट प्रथम या त्योभन्दा माथिको ध्यान प्राप्त गर्नु हो । यिनीहरूलाई चार अप्रमाण पनि भनिन्छ ।

४१) यहाँ गरिएको उल्लेख र मिफम रिन्पोछेले गरेको व्याख्या पनि ज्यादै छोटो छ। यो शमथ अभ्यासहरू तथा ४ वा ५ रूप तथा अरूप ध्यानहरूसँग सम्बन्धित छ। सुख्खा विपश्यना नै भए पनि श्रावक स्रोतापन्नमा प्रवेश गर्नको लागि कमसेकम क्षणिक प्रथम ध्यान (पाली भाषामा खणिक) आवश्यक पर्छ। महायान दर्शनमार्गमा प्रवेश गर्नको लागि चतुर्थ ध्यानलाई शुरुवात् स्थल (Stepping stone) मानिन्छ।

४२. यसलाई अभिधर्म कोषको निम्न श्लोकसँग तुलना गर्न सकिन्छ।
तीव्रक्लेशप्रसादेन सातत्येन च यत्कृतम्
गुणक्षेत्रे च नियतं तत् पित्रोर्घातकम् च यत् (४।५४)

अर्थात् अत्यन्त तीव्र क्लेशद्वारा गरिएको कर्म, बारम्बार दोहोर्‍याएर गरिएको कर्म, गुण क्षेत्रका सम्बन्धमा गरिएको कर्म, पिता आदिको हत्या गर्नु जस्ता कर्महरू नियत कर्म हुन्। नियत कर्म त्यस्ता कर्महरू हुन जसले सात दिन भित्र होस् वा हजारौं कल्प पछि होस् फल दिएरै छाड्छन् यस्ता नियत कर्महरू पाँच प्रकारका छन् :

क) तीब्र क्लेश जस्तै कडा द्वेष या घृणा आदिबाट प्रभावित भएर गरिएको कर्म।
ख) तीब्र श्रद्धा या प्रसादबाट प्रभावित भएर गरिएको कर्म। प्रसाद भनेको प्रसन्नता हो। साथै श्रद्धा, करुणा, मैत्री पनि यसमा पर्छन्।
ग) बारम्बार दोहोर्‍याएर गरिएको कर्म जस्तै अकुशलमा कसाईद्वारा गरिने हत्या कर्म, कुशलमा नियमित रूपमा गरिने साधना, दान, मैत्री, करुणा आदि जुन बलियो नभए पनि बारम्बार दोहोर्‍याएर नियमित रूपमा गरिएका हुन्छन्।
घ) गुण क्षेत्रहरूप्रति गरिएका कर्महरू। गुण क्षेत्र भनेका आर्य, गुरु, त्रिरत्न आदि विशिष्ट गुण भएका क्षेत्रहरू हुन्। उदाहरणको लागि धर्म पुस्तक माथि खुट्टा राख्नु या त्यसमाथि बस्नु, धर्मका किताबहरू भुईमा राख्नु, साधनाहरू भूईमा राख्नु या धार्मिक किताबहरू माथि अन्य अधार्मिक एवं प्रसाधनका चिजबीजहरू राख्नु आदि गुणक्षेत्रमा अनादर गरेर गरिएका कर्महरू हुन्। धर्मग्रन्थहरू त्रिरत्नमध्ये धर्मरत्न भित्र पर्छन्। यो नियतकर्म हुन्छ यद्यपि त्यसको फल गौण हुन सक्छ।
ङ) संघप्रति गरिएका कर्महरू। त्यो कुशल भए पनि अकुशल भए पनि नियत कर्म नै हुन्छ।

४४) काम भनेको काम धातुमा पाइने वस्तु, आलम्बन या भोगमा स्वाद हो भने छन्द भनेको इच्छा, चाहना, रुचि आदि हो। काम राग उत्पन्न गर्ने आलम्बनहरू सुख वेदनीय हुनैपर्छ। आँखाको सुख वेदनीय रूपसँग सम्बन्धित काम जस्ता पाँच काम गुणसँग सम्बन्धित काम छन्दहरू हुन्छन्। व्यापाद भनेको त्यस्तो इच्छा हो जसले यो दुःख वेदना उत्पन्न गर्ने आलम्बन नष्ट भै जाओस् या त्यसको हानि होस् भन्ने चाहन्छ। यो सराप्ने स्वभावको हुन्छ। व्यापादको वीज द्वेष हो जुन सबै

प्रकारका दुःख वेदनाहरूमा सुतेर रहेको हुन्छ । द्वेषबाट व्यापाद, क्रोध, प्रतिघ, विहिंसा र उपनाह जस्ता क्लेश र उपक्लेशहरू पैदा हुन्छन् ।

४५) तिनीहरूलाई पञ्चेन्द्रिय र पञ्च वल भनिन्छ । यिनीहरू सैतीस बोधिपाक्षिक धर्ममध्ये दश वटा हुन् । सैंतीस बोधिपाक्षिक धर्ममा चार स्मृत्युपस्थान, चार सम्यक् प्रधान, चार ऋद्धिपाद, पाँच इन्द्रिय, पाँच बल, सात बोध्यङ्ग र आर्य अष्टाङ्गिक मार्गहरू पर्छन ।

४८) चार विपर्यास दृष्टिहरू यस प्रकार छन: क) अनात्मालाई आत्माको रूपमा देख्नु ख) अनित्यलाई नित्यको रूपमा देख्नु ग) दुःखलाई सुखको रूपमा देख्नु घ) अशुभलाई शुभको रूपमा देख्नु । यी चार विपर्यासका तीन तह हुन्छन् । पहिलो तहलाई संज्ञा विपर्यास भनिन्छ जसमा विज्ञान, इन्द्रिय र आलम्बनको त्रिक सन्निपात (तीनवटाको प्रथम भेट) हुन्छ । त्यस पछि हामी त्यो मिथ्या संज्ञा साँच्चिकै हो भनेर सोच्छौं । त्यसलाई चित्त विपर्यास भनिन्छ । अन्तमा अनुभूतिको जगत्‌लाई रूपमा छ भनेर विश्वास गर्छौं र हेर्छौं । त्यसैलाई दृष्टि विपर्यास भनिन्छ जुन कुरा यो श्लोकमा दर्शाइएको छ ।

४९) रूप स्कन्धमा प्रयुक्त यी चार अनात्माहरू अन्य चार स्कन्धहरूमा पनि प्रयोग गरिन्छ जसले गर्दा बीस प्रकारका अनात्मा हुन्छन् । यो कुरा शास्ताले आगम र संयुक्त निकायहरूमा बताउनु भएको छ । बीसवटा कसरी हुन्छन् भन्दा रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार र विज्ञान स्कन्धलाई १) आत्माको रूपमा २) आत्माका हुन भन्ने रूपमा ३) आत्माभित्र यी छन् भन्ने रूपमा र ४) यिनी भित्रै आत्मा छ भन्ने रूपमा देख्छौं । (५ x ४ = २०)

५०) यो श्लोकमा दिएका छ हेतुहरू बुद्धको समयका छ प्रसिद्ध गुरुहरूका व्याख्याहरू हुन । यीमध्ये केहीलाई अहिले पनि पंच स्कन्धका हेतु हुन भनेर विश्वास गरिन्छ । उदाहरणको लागि सांख्य दर्शनमा प्रकृति वा मूल प्रधानलाई पंच स्कन्धको हेतु मानिन्छ, धेरै जसो हिन्दूहरू ईश्वरले पंच स्कन्ध बनाएका हुन भनी मान्दैछन् । केही आधुनिक चिन्तकहरू अहेतुक अर्थात् कुनै कारण विना नै उत्पत्ति हुन्छन् भनी मान्छन् । बुद्धकालीन छ गुरुहरू हुन क) सञ्जय वेलठ्ठीपुत्र ख) केश कम्वलीन ग) गोसल मक्षसिपुत्र घ) निर्गन्थनाथ पुत्र (जसका चेलाहरू नै अहिलेका जैन हुन) ङ) प्रकुद कात्यायन च) आजीविक

५१) यी तीनवटा रहेसम्म श्रावक श्रोतापन्न वा महायान दर्शन मार्गमा पस्न सकिन्न । यस्ता भव संयोजनहरू जम्मा दश वटा छन् । ती यस प्रकार छन् : १) सत्कायदृष्टि २) विचिकित्सा ३) शीलव्रत परामर्श ४) प्रतिघ (व्यापाद) ५) कामच्छन्द ६) रूप राग ७) अरूप राग ८) मान ९) औद्धत्य १०) अविद्या

यीमध्ये पहिला पाँचवटा अवरभागीय संयोजन भनिन्छ किनकि यिनीहरूले कामधातुमै बाँधिरहन्छन् । पछिल्ला पाँचवटालाई उर्ध्वभागीय संयोजन भनिन्छ किनकि यिनीहरूले रूप धातु (ब्रह्मलोक) र अरूप धातुका देवहरूलाई बाँधिराख्छन् ।

यी सबैको जरो सत्काय दृष्टि नै हो । स्थूल रूपमा पाँच स्कन्धहरू पूरैलाई या कम्तिमा कुनै एउटा स्कन्धलाई "आत्मा" (म) भनेर विश्वास गर्नु वा अनुभव गर्नु वा देख्नु तथा सूक्ष्म रूपमा त्यसको परमार्थत: अस्तित्वमा विश्वास गर्नु वा अनुभव गर्नु वा देख्नु हो । सरल रूपमा भन्ने हो भने रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार र विज्ञान स्कन्धहरूलाई साँच्चिकै अस्तित्व भएको (सत्) देख्नु नै सत्कायदृष्टि हो । यहाँ काय भनेको समुह हो ।

शीलव्रत परामर्श भनेको शील र व्रत पालन गर्नाले मात्र मुक्त भइन्छ भनेर अन्धाधुन्ध रूपमा विश्वास गर्नु हो । त्यस्तै व्रत भनेको उपवास, पूजा आदि नियमहरू हुन् । व्रत मात्रै त केही गलत हुँदैन । चित्तलाई शुद्ध पार्न मद्दत गर्ने र क्लेशहरूलाई घटाउनेसँग सम्बन्ध नै नभएका व्रतहरूलाई राम्रो ठानेर अप्नाउनु चाहिँ गलत हुन्छ । यहाँ परामर्श भनेको गलत बुझाई पनि हो याने शील र व्रतलाई गलत तरीकाले लिनु हो । यसका दुई तह छन् । सही शील के हो भन्ने कुरालाई गलत तरीकाबाट बुझेर गलत प्रकारका शील र व्रतहरूलाई शुद्धिकरणको मार्ग भन्ने ठानेर पक्डनु एक तहको अर्थ हो । दोस्रो प्रकारको गलत बुझाइ, शील र व्रत सही प्रकारका भए पनि धेरै पक्डेर टाँसिनु हो ।

५२) बौद्ध बोध भनेको श्रोतापन्न वा दर्शन मार्गमा पसेपछि चार आर्य सत्यको बोध गर्नु हो । यसैबाट बौद्ध र अन्य बोधको भेद छुट्टिन्छ ।

५३) यी त्रिशिक्षा सम्पूर्ण बुद्ध धर्मका सार हुन ।

५४) **एकम् एव अयनम् यस्य स एकायन:** । यहाँ अयन भन्नाले आश्रय वा मार्ग वा आधार हो । कायगतानुस्मृति अभ्यासलाई वत्तीस भागीय कायगतानुस्मृति पनि भनिन्छ । यस्तो भावना तथागतले मात्र सिकाउनु हुन्छ र हराउनेमा पनि सबभन्दा पहिला यही हराउँछ । आनापानास्मृति जस्ता अन्य ध्यानहरू अबौद्ध पद्धतिमा पनि पाइन्छन् । तसर्थ कायगतानुस्मृति बुद्धको सबभन्दा मौलिक ध्यान हो । यसमा इर्यापथ कायानुस्मृति पनि पर्दछ । यहाँ स्मृति भन्नाले पहिले अनुभव गरिएको वस्तुलाई नभुल्नु हो (**संस्तुतवस्तुन्यसम्प्रमोषश्चेतसोऽभिलपनता** - त्रिशिंका, बसुबन्धु) यो सम्झनु मात्र नभएर आलम्वनलाई बारम्बार अगाडि ल्याएर विक्षिप्त हुन नदिनु हो । आलम्बन जहिले पनि कुशल नै हुनुपर्छ ।

६१) अङ्गुत्तर निकायको चौथो निपातअनुसार अनुकूल देशवास, सत्पुरुष आश्रय, चित्तको स्थिरता र पूर्व जन्ममा गरिएको पुण्यकर्म रूपी चार चक्रहरू भएको व्यक्तिको धन, धान्य, यश, कीर्ति र सुख बढ्छ ।

७१) कुणप भनेको त्यस्तो नरक हो जुन कुहेका लाशहरू भरिएको ठूलो दलदले ठाउँ हो र त्यहाँबाट निक्लने बाटो नपाइएको वेलामा कीराहरूले टोकेर हैरान पार्छन । कुक्कुल नरकमा वलीरहेको कोइला र खरानी हुन्छ तर त्यो चिसो पानी जस्तो देखा पर्छ । नरकको प्राणी त्यहाँ कुद्दा हाडसम्म पोल्छ ।

७२) नन्दन भनेको त्रायस्त्रिंश देवलोकको राजा इन्द्रका सातवटा बगैंचामध्ये एउटा हो । असिपत्र वन भनेको एक प्रकारको नरक हो । त्यहाँ घाँसको सट्टामा घारिला पत्तीहरू हुन्छन् र रुखमा तरवार जस्ता पातहरू हुन्छन् । ती पातहरू खसेर व्यक्तिलाई काट्छन् ।

७३) बैतरणी भनेको नरकको नदीको नाम हो जहाँ पस्दा भत्भती पोल्छ । वाहिर निस्कन खोज्दा यमदूतहरूले चुटेर त्यतै फर्काउँछन् । ती यमदूतहरू साँच्चिकै सत्व नभएर आफ्नै कर्म चित्तका निर्माणहरू हुन् ।

७४) अवीचि भनेको सबैभन्दा तल्लो नरक हो जहाँ व्यक्तिहरूलाई रातो तातो फलाम जस्तै गरी निरन्तर पोलि रहन्छ । यहाँको पोलाइमा अरु नरकको जस्तो वेला वेलाबेलामा छाड्ने हुन्न । तसर्थ यो नरकलाई अवीचि भनिएको हो जसको अर्थ खाली नभएको भन्ने हुन्छ ।

७५) चक्रवाल वा लोक धातुहरूको बीचमा खाली ठाउँहरू हुन्छन् जसलाई लोकान्तर भनिन्छ । बुद्धको जन्म भएको, बुद्धता प्राप्ति गरेको वेलामा मात्र त्यहाँ उज्यालो हुन्छ । अरु वेलामा पूरै अध्याँरो हुन्छ ।

७६) विभिन्न प्रकारका नरकहरूको धेरै वयान पाइन्छ । आगम निकायहरूमा यिनीहरूको विस्तृत वयान पाइन्छ । संजीव नरकमा धेरै पीडाले गर्दा व्यक्ति मर्छ । मर्ने वित्तिकै उठ, विउँभी भन्ने आवाज आउँछ र फेरि व्युँभिन्छ । कालसूत्र नरकमा व्यक्तिको जिउलाई माथिदेखि तलसम्म तेर्सा धर्काहरू कोरिन्छ र राता ताता करौंतिले टुक्रा टुक्रा पारेर काटिन्छ । केही समयपछि फेरि व्युँभिन्छ र त्यही प्रक्रिया दोहोरिन्छ । प्रतापन नरकमा व्यक्तिलाई भाँडामा भात पकाए जस्तै गरी उमालिन्छ । संघात नरकमा पशुहरूको अनुहार भएका दुई पर्वतहरूले बारम्बार पेल्छन र मार्छन । रौरव नरकमा व्यक्तिलाई रातो हुने गरी तताएको फलामे भाँडा भित्र थुनिन्छ र पेलिन्छ । अवीचिमा दुःख अटुट रूपमा भईरहन्छ ।

आठ चिसा, आठ ताता र सोह्र उत्सद् नरकहरू (ताता नरकको चार साइडमा चार चार वटा सीमावर्ती नरक), धेरै नै प्रत्यन्तिक र अन्य नरकहरू हुन्छन् ।

८७) सबैभन्दा छोटो नारकीय जीवन अर्वुद नामक चिसो नरकको हुन्छ । एक खाल वा भकारी तिललाई हरेक सय वर्षमा एउटा गेडो फ्याक्दा जति समयमा फ्याँकि सकिन्छ त्यति अवधि अवुर्द नरकको हुन्छ ।

९१-९७) छत्तीस प्रकारका प्रेतहरू हुन्छन । कोही प्रेत तल भूइँमा बस्छन् भने कोही आकाशमा उडी रहन्छन् । तल बस्ने प्रेतमा पनि वाहिरी आवरण भएका प्रेत, भित्री आवरण भएका प्रेत र गोखुर आवरणबाला प्रेत पर्छन ।

९८-१०१) संसारमा तीन धातुहरू हुन्छन् । काम धातुमा छ देवलोकहरू हुन्छन् भने रूप धातुमा सत्र या अठार देवलोकहरू पर्छन (थेरावाद अनुसार सोह्र रूप लोक हुन्छन) त्यस्तै अरूप धातुमा चार देव लोकहरू हुन्छन् । यसरी मोटामोटी अट्ठाइस देव लोक छन् । रूपधातु र अरूप धातुका देव लोकहरूलाई ब्रह्मा लोक पनि भनिन्छ ।

१०२) असुरहरू पनि प्रेत जस्ता असुर र देव जस्ता असुर गरी दुई प्रकारका हुन्छन् ।

१०७) यहाँ प्रज्ञा विपश्यना वा विदर्शनाको पर्यायवाची शब्द हो भने ध्यानले शमथ जनाउँछ । बौद्ध धर्म अनुसार शमथ र विपश्यनाको संयुक्त अभ्यासबाट मात्र क्लेशहरूलाई नाश पार्न सकिन्छ । यो नै क्लेश क्षय वा मुक्ति वा बौद्ध बोधको एक मात्र उपाय हो । त्यसैले बुद्धले यसलाई एकायनो मग्गो (एकमात्र मार्ग) भनी बताउनु भएको छ । बोधिचर्यावतार ग्रन्थमा बताइएको छ - **"शमथेन विपश्यनासुयुक्तः कुरुते क्लेश विनाशनमिति"** (शमथ सहितको विपश्यनाले क्लेशको विनाश गर्छ)

प्रज्ञा के हो ? **प्रज्ञा धर्माणां प्रविचय** : (अभिधर्म कोश) अर्थात् प्रज्ञा भनेको धर्महरूलाई जाँच्नु हो । यहाँ धर्म भन्नाले पाँच स्कन्धहरू, अठार धातुहरू र बाह्र आयतनहरूलाई बुझिन्छ । तसर्थ विपश्यना अर्थात् प्रज्ञा भनेको पंच स्कन्ध/बाह्र आयतन/अठार धातुहरूको जाँच हो ।

त्यस्तै **"स्वसामान्यधर्मलक्षणयथाभूतव्यवचारणा इति प्रज्ञा"** धर्महरूको सामान्य र स्वलक्षणको पछि लाग्नु वा अनुशरण गर्नु नै प्रज्ञा हो । सबै धर्महरूको

सामान्य लक्षण दु:ख अनित्य, अनात्मा र शून्यता हो । स्वलक्षण चाहिँ हरेक धर्महरूको अलग अलग नै हुन्छ । उदाहरणको लागि विज्ञानको स्वलक्षण जान्नु हो (विजानातीति) । यो विपश्यनाको परिभाषा पनि हो । विपश्यना निरन्तर मार्गको अनुशरण गरेर धर्महरूको स्वसामान्य लक्षणरूपी यथाभूत फल निरन्तर रूपमा देख्नु हो । यसरी विपश्यनालाई मार्ग विपश्यना र फल विपश्यनाको रूपमा बाँड्न सकिन्छ । विपश्यनालाई विदर्शणा पनि भनिन्छ । विपश्यना भनेको त्यस्तो ध्यान हो जसले प्रज्ञालाई प्रयोग गरेर सोभै अनित्य, अनात्मा, दु:ख र शून्यतालाई देख्छ ।

प्रज्ञाकरमतिविरचित बोधिचर्यावतारको पञ्जिकामा प्रज्ञालाई यसरी परिभाषित गरिएको छ - **"यथावस्थितप्रतीत्यसमुत्पन्नवस्तुतत्वप्रविचयलक्षणा"** अर्थात् प्रतीत्यसमुत्पन्न वस्तुलाई जस्तो छ त्यस्तै रूपमा विश्लेषण गर्ने गुण प्रज्ञाको हुन्छ । बसुवन्धु विरचित त्रिंशिका (८०) मा यस्तो बताइएको छ - **"धी : प्रज्ञा । साऽप्युपपरीक्ष्य एव वस्तुनि प्रविचयो योगायोगविहितोऽन्यथा वेति"** अर्थात् धी नै प्रज्ञा हो जुन चाँहि विश्लेषण गर्न योग्य वस्तुको विश्लेषण हो । यो पनि तीन प्रकारको हुन्छ १) योगविहित - योग्य तर्क र शास्त्रहरूमा आधारित २) अयोगविहित - अनुमान र प्रत्यक्ष जस्ता योग्य तर्क र शास्त्रहरूमा आधारित नभएको ३) अन्यथाविहित - माथिका दुवैमा आधारित नभएको तर जन्म वा व्यावहारिक अनुभवबाट प्राप्त ज्ञान । शास्त्रहरूमा प्रज्ञाको कुरा गर्दा योगविहित प्रज्ञा भन्ने बुभिन्छ । यो पनि तीन प्रकारको हुन्छ क) आप्तोपदेश (शास्त्र र श्रुति) बाट उत्पन्न प्रज्ञा जसलाई श्रुतमयी प्रज्ञा भनिन्छ ख) उपदेशहरू सुनेर वा पढे पछि आफ्नै तार्किक विश्लेषण वा अनुमानबाट आएको प्रज्ञा जसलाई चिन्तामयी प्रज्ञा भनिन्छ । ग) सुन्ने तथा चिन्तन गरेपछिको गम्भीर भावना गर्दा हुने प्रत्यक्ष अनुभूतिको प्रज्ञा जसलाई भाबनामयी प्रज्ञा भनिन्छ ।

त्रिशिंकामा अभ्र यस्तो बताइएको छ - **एषा च संशयव्यावर्तनकर्मिका** अर्थात् यो प्रज्ञाले शंकाहरूबाट मुक्त पार्छ । "अभिधम्मत्थ सँगहो" अनुसार प्रज्ञा भन्नाले १) **पकारेन जानातीति पञ्ञा** अर्थात् अनित्यादि प्रकारले धर्म जान्नेलाई प्रज्ञा भनिन्छ । २) **पटिवेध लक्खणा पञ्ञा** अर्थात् धर्महरूलाई यथाभूत (जस्ताको तस्तै) रूपमा जान्नु नै प्रज्ञाको लक्षण हो । शाब्दिकरूपमा **प्रकर्षेण ज्ञानम् इति प्रज्ञा** अर्थात् खूबसँग जान्नु नै प्रज्ञा हो । प्रज्ञालाई तीन तहको विपश्यनाबाट विकास गरिन्छ । ती हुन् : श्रुतमयी प्रज्ञा, चिन्तामयी प्रज्ञा, भावनामयी प्रज्ञा ।

आर्य असँगविरचित बोधिसत्वभूमिमा विपश्यनालाइ निम्न अनुसार परिभाषा दिइएको छ – **विपश्यना कतमा तेनैव पुन : शमथपरिभावितेन मनस्कारेण यथा चिन्तितानाम् धर्माणां निमित्तमनसिक्रिया विचय : प्रविचयो**

**धर्मप्रविचय : विस्तरेण यावत्पाण्डित्यं प्रज्ञाचार: । इयमुच्यते विपश्यना ।** अर्थात् विपश्यना के हो ? त्यहि शमथ द्वारा भावित गरेको (ध्यान गरेको) मनस्कारले (आलम्बन तिर झुकेको मनको क्रियाकलाप) चिन्तन गरिएको धर्महरूको (पाँच स्कन्धादि) लक्षणलाई मनस्कार गर्ने (मनमा ल्याउने), केलाउने, धर्म केलाउने र विस्तारमा परिच्छेद गर्ने (छुट्याउने – खुट्टयाउने) प्रज्ञाको आचारनै (विपश्यना) हो ।

आर्य असँगको श्रावक भूमि अनुसार यिनीहरू चार प्रकार, त्रिमुखा, षडवस्तु प्रभेदा (वस्तुमा आधारित) छन् । विपश्यनालाई **विविधापश्यना इति विपश्यना** भनेर पनि परिभाषित गरिन्छ । जसको अर्थ हुन्छ चौतर्फीरूपमा वा पूर्णरूपमा देख्नु । पाली ग्रन्थ अभिधम्मत्थसँगहोमा विपश्यनालाई **विसेसेन पस्सतीति विपस्सना** भनी परिभाषित गरिएको छ । धर्मलाई विशेष रूपमा देखाउने प्रज्ञालाई विपश्यना भनिन्छ । विपश्यना भनेको त्यस्तो ध्यान हो जसले प्रज्ञालाई प्रयोग गरेर सोझै अनित्य, अनात्मा, दु:ख र शून्यतालाई देख्छ ।

शमथ भनेको मनलाई शान्त पार्ने कुनै पनि ध्यान विधि हो । शम भनेको शान्त र स्थ भनेको रहनु हो या विचलित नभएको हो । त्यो विपश्यनाभन्दा अलग कुरा हो किनकि विपश्यना भनेको धर्मलाई जस्तो छ त्यस्तै रूपमा हेर्नु हो । वास्तवमा चित्तलाई धेरै चीजहरूबाट अलग गरी एक चीज वा सीमित चीजमा मात्र एकीकृत गर्ने कुनै पनि विधिलाई शमथ भनिन्छ ।

आर्य असँगको बोधिसत्वभूमिमा शमथलाई निम्न अनुसार परिभाषित गरिएको छ :– **तत्र शमथ: कतम:? यथापि तद्बोधिसत्व: अष्टाकारयाश्चिन्ताया: सुसमाप्तत्वान्निरभिलाप्ये वस्तुमात्रेऽर्थमात्रे आलम्बने चित्तमुपनिबध्य सर्वप्रपञ्चापगतेन सर्वचित्तपरिप्लवापगतेन संज्ञामनसिकारेण सर्वालम्बनान्यधिमुच्यमान: अध्यात्मसमाधिनिमित्तेषु चित्तं संस्थापयति अवस्थापयति विस्तरेण यावदेकोतीकरोति समाधत्ते । अयमुच्यते शमथ : ।** अर्थात् शमथ भनेको के हो ? बोधिसत्वले आठ आकारका चिन्तनहरूको समाप्ति भए पछि अनभिलाप्य, वस्तुमात्र, अर्थमात्र स्वरूपको आलम्बनमा चित्तलाई बाँधेर सम्पूर्ण प्रपञ्चहरूबाट मुक्त र सबै चित्त बिकल्पहरूबाट पनि मुक्त भएको संज्ञा मनसिकारले सम्पूर्ण आलम्बनहरूलाई अधिमोक्ष गर्दै अध्यात्म समाधिको निमित्तमा चित्तलाई स्थापना गर्छ, अवस्थापना गर्छ । एवं क्रमले एकोतिकरण र समाधानसम्म गर्छ । यही हो शमथ भनेको । यसका नौ तह हुन्छन् जो यस प्रकार छन् : स्थापन, संस्थापन, अवस्थापन, उपस्थापन, दमन, शमन, व्युपशमन, एकोतीकरण र समाधान ।

अभिधम्मत्थसँगहो अनुसार **किलेस संमेतीति समथो** (क्लेशान् शमयतीति शमथ) अर्थात् क्लेशहरूलाई शान्त पार्नेलाई शमथ भनिन्छ ।

१०८) पाली मज्झिम निकायको चुलमालुक्य सुत्त तथा दीध निकायको पोट्ठपाद सुत्तहरूमा दश अव्याकृत छन् भने अङ्गुत्तर निकायमा चार वटा मात्र अव्याकृत छन् । यहाँ दिइएका चौधवटा त मज्झिम निकाय वा दीघ निकायमा बताइएका कुरालाई नै बढाइएको मात्र हो । अव्याकृत भन्नुको कारण भगवान् बुद्धले माथि बताइएका कारणले गर्दा व्यक्त गर्नु भएन । बुद्धलाई अर्कबन्धु वा आदित्य बन्धु (पाली भाषामा अदिच्च बन्धु) भनिन्छ किनकि कपिलवस्तुका शाक्यहरू सूर्य वंश (आदित्य गोत्र) का थिए ।

१०९ - १११) यिनीहरूलाई द्वादश निदान अर्थात् बाह्र प्रतीत्यसमुत्पादका बाह्र कडी भनिन्छ । शास्त्रीय रूपमा यसरी बताइन्छ – हे भिक्षवः ! यदुत अस्मिन् सति इदं भवति, अस्योत्पादादिदमुतपद्यते । यदुत अविद्याप्रत्ययाः संस्काराः । संस्कार प्रत्ययं विज्ञानम् । विज्ञानप्रत्ययं नामरूपम् । नामरूपप्रत्ययं षडायतनम् । षडायतनप्रत्ययः स्पर्शः । स्पर्शप्रत्यया वेदना । वेदनाप्रत्यया तृष्णा । तृष्णाप्रत्ययमुपादानम् । उपादानप्रत्ययो भवः । भवप्रत्यया जातिः । जातिप्रत्यया जरामरणशोकपरिदेवदुःख – दौर्मनस्योपायासाः संभवन्ति । एवमस्य केवलस्य महतो दुःखस्कन्धस्य समुदयो भवति । (प्रतीत्यसमुत्पादादिविभङ्गनिर्देशसूत्र)

११२) संयुक्त निकायको वक्कलि सूत्रमा भगवान् बुद्धले वताउनु भएको छ –**"यो खो वक्कलि धम्मं पस्सति सो मं पस्सति"** अर्थात् जसले प्रतीत्यसमुत्पाद धर्मलाई देख्छ उसले मलाई देख्छ ।

११३) यहाँ आर्य अष्टांगिक मार्गलाई शमथ र विपश्यनासँग मिलाइएको छ । आर्य असँगको बोधिसत्व भूमि अनुसार सम्यक् दृष्टि, सम्यक् व्यायाम, सम्यक् संकल्प विपश्यनामा पर्छन भने बाँकी शमथसँग सम्बन्धित छन् । यदि मार्गमा शमथ र विपश्यना दुवै छैनन् भने त्यो अपूर्ण अष्टांगिक मार्ग अर्थात् अबौद्ध मार्ग बन्छ ।

११४) बाह्र निदान अनुसार स्पर्श भए पछि वेदना हुन्छ । वेदना भए पछि तृष्णा हुन्छ जुन दुःखको तात्कालीन कारण (हेतु) हुन्छ । यस्तो बताइएको छ – **सुखा वेदनायां रागोऽनुशेते, दुःखायां द्वेष, अदुखासुखायां मोहः** अर्थात् सुख वेदनामा लुप्त राग हुन्छ भने दुःख वेदनामा द्वेष र असुखादुखामा मोह हुन्छ । अघिल्लो चक्रबाट ल्याइएको (सारिएको) संस्कारहरूले वेदना उत्पन्न हुने वित्तिकै तृष्णालाई जगाउँछ ।

११५) यी चार आर्य सत्यहरूलाई हरेक बौद्ध मार्गीहरूले साक्षात्कार गर्नु पर्छ। अबौद्धहरूले चार आर्य सत्यको अवबोध नगरेर अरु नै कुराको साक्षात्कार गर्छन।

११६) श्रावक स्रोतापन्न वा महायान दर्शनमार्गमा प्रवेश नगरेका व्यक्तिहरूलाई पृथग्जन भनिन्छ। स्रोतापन्न वा दर्शन मार्गमा प्रवेश गरी निर्वाण वा शून्यताको प्रत्यक्ष र अविकल्प बोध गर्ने व्यक्तिलाई आर्य भनिन्छ। श्रावक छ भने स्रोतापन्न भनिन्छ भने बोधिसत्वलाई प्रथम भूमिस्थ भनिन्छ।

११७) धर्मपद अनुसार मन पूर्वङ्गमा धर्मा मन श्रेष्ठा मनोमया अर्थात् मन नै सबभन्दा पहिला आउँछ। मन नै सर्वश्रेष्ठ हो।

११९) आफूले गरेका सम्पूर्ण कुशल कर्महरूलाई सम्पूर्ण प्राणीहरूले बुद्धता प्राप्त गरुन भनी परिणामना गर्नु बोधिसत्व चर्याको महत्वपूर्ण पक्ष हो। श्रावक थेरावादमा पनि परिणामनाको धारणा पाइएता पनि धेरै जसो श्रावक निकायहरूमा परिणामना थिएन।

१२० - १२१) यी दुई श्लोकले महायानको लक्ष्यरूपी सम्यक सम्बुद्धतालाई दर्शाउँछन् न कि श्रावक अर्हत्व मात्रलाई।

सर्वे सत्वाः सुखैश्चैव युक्ताः स्युः सुखकारणैः
भवन्तु सततं मुक्ता दुःखाच्च दुःखकारणात्।
कदापि वञ्चिता न स्युर्दुःखहीनमहासुखात्
दूरादूरद्वेष रागमुक्तोपेक्षास्थिताः हि स्युः॥



आर्य नागार्जुन



गुरु मिफाम रिन्पोछे

# सुहृल्लेख ग्रन्थका रचनाकार र भाष्यकारहरूको परिचय

## आर्य नागार्जुनको संक्षिप्त जीवनी

बौद्ध धर्ममा भगवान् बुद्ध पछि सवैभन्दा प्रसिद्ध गुरु नागार्जुन हुनुहुन्छ । भगवान् बुद्धले नै लंकावतार, ललित विस्तर, मञ्जुश्रीमूलकल्प, महामेघ, महाभेरी आदि सूत्रहरूमा नागार्जुनको वारेमा भविष्यवाणी गर्नु भएको थियो । भगवान् बुद्धको महापरिनिर्वाणको चार सय वर्षपछि दक्षिण भारतको वैदर्भ भन्ने ठाँउको व्राह्मणकुलमा नागार्जुनको जन्म भएको थियो भन्ने कुरामा सवै जसो इतिहासकारहरू सहमत छन् । ज्योतिषहरूले उहाँको आयु कम भएको कुरा बताए पछि व्राह्मण तथा भिक्षुहरूलाई दान गरे पछि आयु सात वर्ष सम्म लम्बियो भन्ने मानिन्छ । सात वर्ष पूरा हुन लागे पछि आमा वावुले उहाँलाई केही सेवकहरूका साथ त्यसवेलाको प्रसिद्ध विहार नालन्दामा पठाए । नालन्दा विहारका आचार्य राहुलभद्र (व्राह्मण सरह) ले अपरिमित आयुसूत्र पाठ गर्न लगाए पछि उहाँको आयु लम्वियो । त्यस पछि उहाँलाई भिक्षु वनाएर श्रीमान् भन्ने नामाकरण गरियो ।

सानै उमेरमा भिक्षु भएर उहाँले बौद्ध र अबौद्ध धर्म ग्रन्थहरूको व्यापक अध्ययन गर्नु भयो । साथै श्री गुह्यसमाज, हेरुकोत्पाद आदि तंत्रहरूको अभिषेक लिएर अध्ययन तथा अभ्यास गर्नु भएको थियो । आचार्य व्यालिसँग उहाँले रसायन विद्या सिक्नु भयो । भारतमा नागार्जुनलाई बौद्ध दार्शनिक गुरुको अलावा रसायन शास्त्रका ज्ञाताको रूपमा पनि लिइन्छ । आर्य नागार्जुनले प्राणीहरूको हितको लागि नै धेरै थरीका विद्याहरू सिक्नु भएको थियो । उहाँ नालन्दा विहारको उपाध्याय भएको बेलामा उक्त विहार रहेको इलाकामा भोकमरी फैलिइएको थियो । महाविहारका भिक्षुहरूको पालन पोषण गर्नको लागि रसायन विद्याको प्रयोग गरेको कुरा इतिहासमा उल्लेख छ ।

वोधगयाको वोधिवृक्षलाई जंगली हात्तीहरूको प्रकोपबाट वचाउनको लागि त्यस वरिपरि अग्लो पर्खाल लगाएर एक सय आठ स्तूपहरू वनाउनु भएको थियो । नालन्दा महाविहारबाट शील भ्रष्ट भिक्षुहरूलाई निष्काशन गर्ने, अबौद्धहरूका मतको खण्डन गर्ने जस्ता कामहरू गरेर उहाँले बौद्ध धर्मको धेरै उत्थान गर्नु भएको थियो ।

नागहरूको निमन्त्रणा अनुसार नागलोकमा गएर उहाँले शत साहस्रिका प्रज्ञा पारमिता नामक बौद्ध सूत्रलाई यस धर्तीमा ल्याउनु भएको थियो । भगवान् बुद्धले सिकाएको उक्त सूत्र सुरक्षाको लागि नागहरूलाई दिइएको थियो । नागार्जुनले नागहरूलाई धर्मदेशना गरी सन्तुष्ट पारेर उक्त सूत्र उनीहरूबाट आफूले लिएर

प्रचार प्रसार गर्नु भयो । त्यसै कारण उहाँको नाम नागार्जुन हुन गयो जसको अर्थ हुन्छ नागहरूबाट शक्ति (अर्जुन) पाएको । अर्को मत अनुसार विहारमा धर्म प्रवचन गर्नु हुदाँ उहाँलाई नागहरूले आदर गर्थे । चर्को घामबाट उहाँलाई जोगाउन छ वटा नागहरू मिलेर उहाँको शिरमाथि छत्तरी नै बनाउथे । नागहरूका नाथ भएकाले उहाँको नाम नै "नाग" राखियो । महायान बौद्ध धर्मका विभिन्न पक्षहरू फैलाउने उहाँको क्षमता अर्जुनको वाण जस्तै अति वेगवान भएकाले उहाँलाई अर्जुन पनि भनिन्छ ।

भगवान् बुद्ध भाषित उक्त सूत्रको मर्मलाई मध्यमक शास्त्रम् आदि पुस्तकहरूमा नागार्जुनले स्पष्ट पार्नु भएको छ । महायान शून्यवाद बुझ्नको लागि यही नै प्रमुख ग्रन्थ हो। यो ग्रन्थमा शाश्वत र उच्छेद अन्तहरूबाट मुक्त शून्यताको प्रतिपादन गरिएको छ । भगवान् बुद्धका उपदेशहरूमा निहित शून्यताको गम्भीर अर्थलाई यो ग्रन्थमा व्यवस्थित रूपमा सिद्ध गरिएको छ ।

## आर्य नागार्जुन विरचित ग्रन्थहरू :

आचार्य नागार्जुन, आर्य नागार्जुन, सिद्ध नागार्जुन, श्रीमान् नागार्जुन, रसायनज्ञ नागार्जुन आदि विशेषण भएका नागार्जुनका थुप्रै ग्रन्थहरू मूल संस्कृत तथा चिनीया र तिब्वती भाषामा अनुदित रूपमा प्राप्त छन् । भारतीय र नेपाली बौद्ध आचार्यहरूबाट लेखिएका शास्त्रहरूको तिब्वती भाषामा अनुवाद भएको संकलन ग्रन्थ तेन्युरमा जम्मा १२१ वटा ग्रन्थ नागार्जुन विरचित छन् । विभिन्न वर्गमा विभाजित गर्दा स्तुति वर्गमा १९, तन्त्र वर्गमा ५०, माध्यमिक दर्शन वर्गमा २०, सूत्र भाष्यमा ८, अभिधर्म शास्त्रमा १, विनय शास्त्रमा ३, विविध वर्गमा १० ग्रन्थ छन्। तीमध्ये पनि मूल रूपमा तीन वर्गमा बाँडिन्छ ।

१. युक्ति वर्ग : मूल माध्यमिक कारिका, विग्रह व्यावर्तनी, शून्यता सप्तति, युक्ति षष्टिका, वैदुल्य प्रकरण र रत्नावली नामक ६ वटा शून्यता दर्शन प्रतिपादन गर्ने ग्रन्थ यो वर्गमा पर्छन ।
२. स्तुति वर्ग : यसमा लोकातीत स्तव, अचिन्त्य स्तव, परमार्थ स्तव, धर्मधातु स्तव जस्ता स्तूतिहरू पर्छन् ।
३. परिकथा वर्ग : यसमा सुहृल्लेख, प्रज्ञादण्ड, जन पोषण विन्दू जस्ता ग्रन्थहरू पर्छन ।

वज्रयान बौद्ध धर्मको महत्वपूर्ण ग्रन्थ पञ्चक्रम पनि नागार्जुनले नै लेख्नु भएको मानिन्छ ।

शिष्यहरूमा आर्य देव, आर्यशूर (अश्वघोष), आचार्य नागवोधि, शाक्यमित्र, ब्राम्हण बररुचि आदि पर्छन् । आर्य नागार्जुनका सम्पूर्ण ग्रन्थहरूमध्ये तिब्बती भाषामा अनुवाद भएको पहिलो ग्रन्थ सुहृल्लेख नै हो । आठौं शताब्दीमा भारतीय उपाध्याय सर्वज्ञदेवसँग मिलेर कावा पाल्चेगले यसको अनुवाद गर्नु भएको थियो ।

सुहृल्लेखका टीकाहरू: भारतीय आचार्यहरूमध्ये आचार्य महामतिको व्यक्तपदा टीका मात्र तिब्बती अनुवादमा पाइन्छ । यो बाहेक अन्य सबै टीकाहरू तिब्बतका आचार्यहरूले लेख्नु भएको छ । हालसम्म १९ वटा भाष्यहरू भएको उल्लेख पाइन्छ । यसैबाट हिमाली क्षेत्रमा यसको महत्व झल्कन्छ । तीमध्ये आचार्य रेन्दावा (सन् १३४९–१४१२), रोङतोङ शेजा कुन्रिग (सन् १३६७–१४४९), गेशे लोब्साङ जिन्पा र मिफम रिन्पोछे (सन् १८४६–१९१२) का टीकाहरू हाल तिब्बती समाजमा प्रचलित छन् । आचार्य रेन्दावाको स्फुटार्था टीका हिन्दी र अंग्रेजी दुवै भाषामा प्रकाशित भएको छ भने मिफाम रिन्पोछेको पुण्डरिकमाला टीका अंग्रेजी भाषामा पनि उपलब्ध छ । यसै क्रममा काठमाण्डू जोरपाटी स्थित लेक्शे लिङ गुम्बाका प्रमुख लामा तथा व्योमकुसुमा बुद्धधर्मसंघका धर्मगुरु परमपूज्य कर्मा ठिन्ले रिन्पोछेद्वारा सन् १९८७ मा लेखिएको टीका पनि हाल नेपाली भाषामा अनुवादको क्रममा छ ।

## महापण्डित मिफाम रिन्पोछेको संक्षिप्त परिचय

आर्य नागार्जुनका धेरै जसो कृतिहरूको टीका लेख्ने मिफम रिन्पोछेकै भाष्यलाई यो पुस्तकमा समावेश गरिएको छ । सन् १८४६ मा पूर्वी तिब्वतको याछु दिङछुङमा जन्मनु भएका मिफाम रिम्पोछेमा बाल्यकाल देखि नै श्रद्धा, वैराग्य, प्रज्ञा र करुणा जस्ता गुणहरू पाइन्थे । नभन्दै सात वर्षको उमरमै उहाँले त्रिसंवर विनिश्चय पुस्तक कण्ठस्थ पार्नुको साथै ज्यातिष विद्या पनि सिक्नु भएको थियो । दश वर्षको उमेरमा ग्रन्थ रचना गर्न पनि सक्ने हुनु भयो । बाह्र वर्षको उमेरमा भिक्षु कलेजमा प्रवेश गरी बौद्ध दर्शनको गहन अध्ययन गर्न थाल्नु भयो ।

पन्ध्र वर्षको उमेरमा वादीसिंह मञ्जुश्रीको अठार महिना लगाएर साधना गर्नु भयो र सिद्धि प्राप्त गर्नु भयो । त्यस पछि उहाँलाई कुनै पनि विषयमा लेखिएका ग्रन्थहरूको अर्थ बुझ्न गाह्रो भएन । सत्र वर्षको उमेरमा उहाँ बसेको इलाकामा झगडा शुरु भएकाले गोलोक भन्ने ठाँउमा बसाई सर्नु पर्‍यो । अठार वर्षको उमेरमा आफ्नो मामासँग तीर्थयात्राको लागि ल्हासा आएर एक महिनासम्म गान्धेन महाविहारमा अध्ययन गर्नु भयो । फेरि पूर्वी तिब्वतमै फर्किएर पाट्रूल रिन्पोछेसँग पाँच दिन लगाएर बोधिसत्वचर्यावतारको प्रज्ञा परिच्छेद पढ्न भयो । सबै अर्थ छर्लङ्ग भएकाले त्यस ग्रन्थको टीका पनि लेख्नु भयो ।

जाम्याङ खेन्चे वाङ्पो, जामगोन कोङट्रूल जस्ता पूर्वी तिब्वतका महान गुरुहरूबाट सबै खाले आगम, अभिषेक र व्याख्या उपदेश (वाङ, लुङ, ठ्री) पाएर त्यही मुताविक अध्ययन र अभ्यास गर्नु भयो । ती दुवै गुरुहरूले तिब्वतमा भेदभावरहित (रिमे) अभियान चलाउनु भएको थियो । तिब्वतमा न्यीङमा, काग्यु, साक्या, गेलुग जस्ता परम्पराहरूको विकास भएकाले आफ्नो परम्पराको मात्र अध्ययन र अभ्यास गर्ने चलन चलेको थियो । यसो हुनु राम्रो संकेत हैन भन्ने कुरा

बुझेर ठूला ठूला गुरुहरूले पनि उक्त भेदभाव मेटाउने भरमग्दूर प्रयास गरेका थिए । मिफाम रिन्पोछे पनि यही कुराबाट प्रभावित भएर सबै गुरुहरूसँग उपदेश लिने र दिने काम जोडतोडले गर्नु भएको थियो । त्यति मात्र नभई हरेक परम्परामा आफ्नै गुरुहरूले लेखेका बौद्ध धर्मका पाठ्यपुस्तक मात्र पढाइने हुदाँ एउटा महाविहारमा पढेको व्यक्तिले अर्को महाविहारमा जादाँ समस्या भोग्नु पर्थ्यो । त्यो परिपाटीलाई हटाउनको लागि भारतीय गुरुहरूद्वारा लिखित शास्त्रहरूको टिप्पणी लेख्ने काम शुरु गर्नु भयो । त्यसै क्रममा सुहृल्लेखको पुण्डरीकमाला टिप्पणी पनि लेख्नु भएको हो ।

उहाँ अध्ययन र अध्यापनको अलावा धेरै जसो समय साधना अभ्यासको क्रममा गुफावासमा बस्नु भएको थियो । एक पटक सात वर्षसम्म एउटै गुफामा बसेर साधना पूरा गर्नु भएको थियो । लगभग दुईसय वटा साधना अभ्यास विधिहरू पनि रचना गर्नु भएको थियो । धेरै जस्तो भिक्षु कलेजहरूमा उहाँले लेखेका पुस्तकहरूकै अध्ययन हुन्छ । उहाँका कृतिहरूमध्ये पण्डित अवतार (खेन्जुग) र बोधिचर्यावतारको नबौं अध्यायको टीका धेरै नै प्रसिद्ध छन् ।

मिफाम रिन्पोछेले तिब्बतका विभिन्न भागमा रहेका महाविहारमा लेखेका ग्रन्थहरूको संकलन गरी २६ ठेलीमा दिल्लीबाट छापिएको छ । तिनीहरूमध्ये छब्बीसौं ग्रन्थमा संस्कृत-तिब्बती भाषाको कोश समावेश छ । धेरै पुस्तकहरू अंग्रेजी भाषाहरूमा पनि अनुवाद भइ प्रकाशित भएका छन् । उहाँले बौद्ध दर्शनको अलावा संगीत, चित्रकला, मूर्तिकला, वास्तुशास्त्र, रसायन शास्त्र, तर्क शास्त्र, ज्योतिष, चिकित्सा जस्ता क्षेत्रहरूको विषयमा पनि पुस्तक लेख्नु भएको छ । उहाँको अर्को क्षेत्र हो तिब्बती जनताहरूले वडो आदरका साथ मान्ने गेसार राजासँग सम्बन्धित कुराहरूको संकलन । यसरी बौद्ध धर्मको अलावा हरेक विद्यामा पारंगत हुनु भएको महापण्डित मिफाम रिन्पोछे हिमाली क्षेत्रको बौद्ध संस्कृतिका एक विलक्षण व्यक्ति हुनु हुन्थ्यो । सन् १९१२ को १४ जुनमा सत्सठ्ठी वर्षको उमेरमा ध्यान मुद्रामै बसेर उहाँले नश्वर देह त्याग गर्नु भयो ।

## टीकाकार आचार्य श्रीधर राणाज्यूको संक्षिप्त जीवनी

वि. सं. २००६ सालमा पिता नरनारायण शमशेर ज. व. रा. र माता शान्ति राणाको कोखबाट जन्म लिनु भएका गुरुवर श्रीधर शमशेर राणाज्यू वाल्यावस्था देखि नै धर्मप्रति अभिरुचि राख्नु हुन्थ्यो । सेटं जेभियर्स स्कूलबाट स्कूले शिक्षा पूरा गरे पछि नै उहाँ धर्म अभ्यासमा तीव्र रूपमा लाग्नु भएको थियो । प्रसिद्ध तांत्रिक गुरु धन शमशेरज्यूबाट हिन्दू तंत्रको बारेमा विस्तृत अध्ययन र अभ्यास गर्नु भएको थियो । लगभग नौ वर्षमा हिन्दू तंत्रका क्रमदीक्षा बमोजिम साधना गरिसकेपछि वेदान्त अभ्यासप्रति आकर्षित हुनुभयो । नेपालमा उपलब्ध

हिन्दू धर्मका सबै पक्षहरूको अभ्यास गर्दा पनि वास्तविक शान्ति पाउन नसके पछि बौद्ध धर्मप्रति आकर्षित हुनुभयो । शुरुमा कोरियाका जेन बौद्ध धर्मका गुरु रोशी नानरे कोवोरी र जापानका क्योतोका दाई तोकुजी मन्दिरका उपाध्यायबाट उपदेश लिएर बौद्ध अभ्यास गर्नु भएको थियो । जापान र कोरिया सधैं गईरहन पनि संभव नहुने भएकाले नेपालमै रहेका बौद्ध गुरुको खोजीमा १९८७ मा बूढानीलकण्ठभन्दा माथि रहेको नागी गुम्बामा बस्नु भएका टुल्कु उर्गेन रिन्पोछेको सान्निध्यमा पुग्नु भयो । उहाँले बौद्ध धर्मका ध्यान विधिहरूको उपदेश दिएपछि सोही मुताविक अभ्यास गर्न थाले पछि मात्र उहाँलाई साँच्चिकै शान्तिको महसूस भयो ।

टुल्कु उर्गेन रिन्पोछे कै निर्देशन अनुसार बौद्धमा बस्नु हुने चोक्यो ठिछेन रिन्पोछेबाट बौद्ध धर्मका विभिन्न पक्षहरूको अभिषेक, आगम र व्याख्या उपदेश लिनुभयो । त्यसपछि सन् १९९६ सम्म कर्माथिन्ले रिन्पोछे, पेनोर रिन्पोछे, ठाङ्गु रिन्पोछे, साक्या ठिजिन रिन्पोछे आदि गुरुबाट उपदेश लिदैं अभ्यास गर्नुभयो । आफ्नो पूरा जीवन नै बौद्ध धर्मको अभ्यास र विकासमा लगाउने दृढ संकल्पले गर्दा सन् १९९६ देखि गुफावासमा रहेर बौद्ध धर्मका विविध पक्षहरूको अभ्यास गरिं रहनु भएको छ । उहाँको उक्त गुफावास छ वर्ष छ महिना सम्म कायम रहनेछ । ध्यानको बीचको अवधिमा बौद्ध धर्मका विभिन्न विषयमा लेख्ने क्रममा यो ग्रन्थमा समाविष्ट टीकाको रचना गर्नु भएको हो ।

वाल्यकालदेखि नै आफूले जानेको कुरा अरुलाई पनि सिकाइ हाल्ने उहाँको स्वभाव थियो भनिन्छ । त्यही अनुरूप उहाँले आफ्ना साथी भाइ तथा जिज्ञासु व्यक्तिहरूलाई धर्म सिकाउने र अभ्यास गराउने काम गरि रहनुहुन्छ । यही उद्देश्यबाट प्रेरित भएर ध्यानको अत्यन्तै व्यस्त कार्यक्रम हुदाँ हुदै पनि हरेक महिना आफ्ना शिष्यहरूको लागि बौद्ध धर्मका दृष्टि र भावनाको वारेमा जानकारी दिने लेख तयार पार्नु हुन्छ जसलाई बोधिपुष्पाजंलीको नामबाट गणमा वाचन गरिन्छ ।

कर्मा थिन्ले रिन्पोछेबाट आचार्य (लोव्पोन) भन्ने दर्जा पाउनु भएका गुरुवरलाई उर्गेन टुल्कु रिन्पोछे, साक्या ठिजिन रिन्पोछे र चोक्यो ठिचेन रिन्पोछेहरूबाट पनि बौद्ध धर्म सिकाउने एक परम्परा गुरुको रूपमा मान्यता पाई सक्नु भएको छ । उहाँले काठमाण्डू उपत्यकाका वज्राचार्यहरूबाट पनि अभिषेक (देखा) पाई सक्नु भएको छ । बौद्ध धर्मका हरेक पक्षलाई तथ्यगत रूपमा जनसमक्ष ल्याउन उहाँ लाग्नु भएको छ । बौद्ध धर्मको जानकारी पुन: नेपालीहरूलाई गराउन उहाँले व्योम कुसुमा अनुवाद समिति संचालन गरेर नेपाली भाषामा पुस्तकहरू अनुवाद गराई प्रकाशित गर्न थाल्नु भएको छ ।

# परिशिष्ट : २
# दश अकुशल कर्म र फलहरू

भगवान् बुद्धका सम्पूर्ण उपदेशहरूलाई एकदमै छोटकरीमा निम्न श्लोक अनुसार बताइएको हुन्छ ।

**सव्व पापस्स अकरणं**
**कुसलस्स उपसंपदा,**
**सचित्तपरियो दपनं,**
**एतं बुद्धान सासनं । (धम्मपद)**

कुनै प्रकारका पापहरू नगर्नु, कुशल कर्महरू गर्नु र आफ्नो चित्तलाई राम्रोसँग तालीम दिनु यसको अर्थ हो । यहाँ पापहरू भन्नाले अकुशल कर्महरू हुन् । त्यस्ता अकुशल कर्महरू दश वटा छन् । ती दश अकुशल कर्महरूको वारेमा सुहृल्लेख स्फुटार्था टीका (आचार्य रेन्दावा) र प्रतिभासत्रय (कोन्छोगल्हुनडुव) को आधारमा संक्षिप्तमा चर्चा गरिन्छ ।

आचार्य नागार्जुनको रत्नावली अनुसार लोभ, द्वेष, मोह र त्यसबाट उत्पन्न कर्म ·शुभ (अकुशल) हुन् । अकुशल कर्मले गर्दा नै सबै प्रकारका दु:ख र दुर्गतिहरू हुन्छन् । यस्ता अकुशल कर्महरू कायिक, वाचिक र मानसिक गरी तीन प्रकारका हुन्छन् । प्राणातिपात (जीव हत्या), अदत्ता दान (चोरी) र काम मिथ्याचार (व्यभिचार) तीन कायिक अकुशल कर्महरू हुन । चार वाचिक अकुशल कर्ममा मृषावाद (ढाँट्नु), पैशुन्य (चुक्ली लगाउनु) पारुष्य (कठोर वचन) र सम्भिन्न प्रलाप (व्यर्थ वकवास) पर्छन् । त्यस्तै मानसिक अकुशल कर्ममा अभिध्या (अरुको सम्पत्तिमा लोभ), व्यापाद (अहित कामना) र मिथ्या दृष्टि पर्छन ।

अकुशल कर्महरू कर्मपथ हुन पनि सक्छन्, नहुन पनि सक्छन् । दुर्गति ( नरक, प्रेत र पशु) सम्म पुऱ्याउने कर्महरूलाई नै कर्म पथ हुन । कुनै कर्म कर्मपथ हुनको लागि पाँच अङ्गहरू पुरा हुनु पर्छ नत्र उक्त कर्म दुश्चरित मात्र हुन्छ । वस्तु, आशय, प्रयोग, क्लेश र अन्तिम कार्य (निष्पत्ति) नै पाँच अङ्गहरू हुन । ती पाँच अङ्गहरूलाई यस प्रकार बयान गरिन्छ ।

**वस्तु (श्यी) :**

प्राणतिपात आदि कर्महरूको कार्य पूरा हुने विषय अर्थात् आलम्वनलाई नै वस्तु भनिन्छ । सजीव वा निर्जीव वस्तुहरूको आधारमा दश अकुशल कर्महरू गरिन्छ ।

## आशय (साम्पा) :

यसमा संज्ञा आशय र क्रिया सम्पन्नता आशय पर्छन् । संज्ञा पनि चार प्रकारका हुन्छन् । ती हुन् : क) वस्तुलाई सही ढंगले जान्नु ख) वस्तुलाई अतिरिक्त रूपमा जान्नु ग) वस्तुलाई त्यही रूपमा नजान्नु घ) जो छैन, त्यसलाई छैन भनेर जान्नु । त्यसमध्ये पहिलो प्रकारको संज्ञा भएमा मात्र कर्मपथ हुन्छ । अन्य तीन मात्र भएमा दुश्चरित मात्र हुन्छ । कुनै वस्तुमा काम पूरा गर्ने इच्छा हुनु क्रिया सम्पन्नता आशय हो ।

## प्रयोग (जोरवा) :

आफ्नो र अरुको काय, वाक् र चित्तबाट काम पूरा गर्ने हरेक प्रयत्नलाई प्रयोग भनिन्छ ।

## क्लेश (न्योनमोङपा) :

राग, द्वेष र मोहरूपी तीन विषहरूमध्ये कुनै एक विष

## निष्पत्ति (थारथुग्पा) :

आफूले चाहेको कर्मलाई त्योसँग सम्बन्धित उपायहरूको प्रयोग गर्दा त्यही वेलामा वा पछि कार्य सिद्ध हुनु निष्पत्ति हो ।

संक्षेपमा भन्ने हो भने क्लेशयुक्त चित्त हुनु, आशय पनि हुनु, कुनै वस्तुप्रति प्रयोग हुँदा कार्य पनि पूरा भयो भने त्यो काम अकुशल कर्मपथ हुन्छ । अब माथि बताइएका पाँच अङ्गहरूको आधारमा दश अकुशल कर्महरूको बयान गरिन्छ ।

## १. प्राणातिपात (जीव हत्या) :

आफूभन्दा भिन्न प्राणी वस्तु हो । यदि मार्नेवाला व्यक्तिलाई उक्त प्राणीलाई प्राणी हो भन्ने ज्ञान छ र त्यसलाई मार्ने इच्छा भएको ज्ञान पनि छ भने त्यसलाई अविपर्यास संज्ञा भनिन्छ । त्यस संज्ञाको आधारमा यसलाई मार्छु भनेर सोच्नु हत्याको आशय हो । उक्त हत्या कर्म पूरा गर्न चित्तमा क्लेश हुनु पर्छ । यहाँ द्वेष वा मोह वा राग हुन्छ । मनमा द्वेष लिएर आफै मार्नु वा अरुद्वारा मार्न लगाउन हतियार, विष आदि प्रयोग गर्नु प्रयोग हो । तत्कालै उक्त व्यक्ति वा प्राणी मरेमा कर्मपथ तुरुन्तै पूरा हुन्छ भने पछि मरेमा जव मर्छ तव कर्मपथ पूरा हुन्छ ।

कहिलेकाँही मासु खानको लागि लोभले प्रेरित भएर हत्या गरिन्छ भने अरु वेलामा शत्रुताको कारण द्वेषले प्ररित भएर पनि मारिन्छ । यज्ञमा पशु वध गर्ने, बली चढाउने जस्ता मिथ्या दृष्टि वा अज्ञानको कारणले पनि हत्या गरिन्छ । गर्भ

पतन गर्नु, भ्रुण हत्या गर्नु, शिकार खेल्नु, पशु वली चढाउनु आदि सबै नै प्राणतिपात हुन् । हत्याहरूमध्ये आफ्नो गुरु, माता, पिता, अर्हत, श्रमण वा ब्राम्हणको हत्यामा सबैभन्दा बढी पाप लाग्छ ।

**२. अदत्तादान (चोरी) :**

यसको सीधा अर्थ हुन्छ नदिएको लिनु । अरुहरूले जम्मा गरेको धन सम्पत्ति अदत्तादानको वस्तु हो । ठगी, डकैती, चोरी गरेर धन सम्पत्ति हात पार्ने चाहना हुनु आशय हो । सामान्यतया राग, द्वेष तथा मोह र विशेष गरी राग चित्तमा उत्पत्ति हुनु क्लेश हो भने आफैले चोर्नु वा अरुलाई चोर्न लगाउनु प्रयोग हो । उक्त वस्तु एक ठाँउबाट अर्को ठाउँमा सरेको हुनु निष्पत्ति हो । चोरीमध्येमा त्रिरत्नको सम्पत्ति चोर्नु सबैभन्दा कडा हुन्छ ।

**३. काम मिथ्याचार :**

सामान्यतया परस्त्री वा परपुरुषसँग यौन सम्पर्क राख्नु नै काम मिथ्याचार हो । यो पनि अगम्य, अस्थान, अकाल, अमार्ग गरी चार प्रकारको हुन्छ । अरुका श्रीमती, शीलवती भिक्षुणी, हाड नाता पर्ने स्त्री, अरुका वेश्या आदि अगम्य स्त्रीहरू हुन् । चैत्य, विहार, बुद्धप्रतिमा भएको ठाउँ, गुरु, माता पिता आदि भएको ठाउँमा आफ्नो श्रीमतीसँग भए पनि संभोग गर्नु अस्थान हो । त्यस्तै दिनमा, रजस्वला भएको वेलामा, गर्भवती भएको वेलामा, बच्चालाई दुध ख्वाएको समयमा, व्रत बसेको समयमा, दुःखले पीडित भएको वेलामा संभोग गर्नु अकाल हो । अमार्ग भन्नाले मुख मैथुन, मलद्वार मैथुन, हस्त मैथुन आदि पर्छन । यी चारै अवस्थाका स्त्रीहरू काम मिथ्याचारका वस्तु हुन । मैथुन इच्छा हुनु आशय हो । यसमा राग क्लेशको सक्रियता हुन्छ । दुवैको इन्द्रियको संसर्ग भएर त्यसबाट उत्पन्न सुख वेदनाको अनुभूति गर्नु निष्पत्ति हो ।

**४. मृषावाद (ढाँट्नु) :**

यसको वस्तु देखेको, सुनेको आदि जे पनि हुन सक्छ । त्यस्तै झुटो बोल्नको लागि अर्को सुन्ने व्यक्ति हुनै पर्छ । धोखा दिने इच्छा चेतना हो । कुनै वस्तु पहिले देखिएको छैन तर कसैले सोद्धा खेरि उसलाई धोखा दिन देखें भन्नु अर्थात् संज्ञा वदलेर भन्नु आशय हो । राग, द्वेष, मोहमध्ये कुनै एक क्लेशले प्रभाव पारेको हुन्छ । जब अर्को व्यक्तिले झुटो बोलेकोमा विश्वास गर्छ तब कार्य निष्पत्ति हुन्छ ।

झुट हुनको लागि बोली नै चाहिन्छ भन्ने हुन्न । संकेत वा शारीरिक चेष्टाबाट पनि झुटको विश्वास दिलाउन सकिन्छ । यस्ता झुट मोटामोटी तीन प्रकारका हुन्छन् । आफूलाई ऋद्धिसिद्धि जस्ता गुणहरू प्राप्त नभए पनि त्यस्ता गुणहरू पाँए भनेर ढाँट्नु “उत्तरमनुष्य धर्मकथन” भनिन्छ । त्यस्तै आफ्नो हित र

अरुको अहितको लागि झुट बोल्नु दोस्रो प्रकारको झुट हो जसलाई "महामृषा" भनिन्छ । कसैको हित वा अहितको लागि नभएर त्यत्तिकै व्यर्थ झुट बोल्नु "अल्पमृषा" नाम गरेको ढँटाइ हो ।

ढाँट्नेमध्ये पनि भगवान् बुद्धको निन्दा गर्ने तथा आमा बाबु या गुरुलाई धोखा दिन झुट बोल्नुको सबैभन्दा कडा पाप हुन्छ ।

## ५. पैशून्य (चुक्ली लगाउनु) :

सत्य वा झुटो कुरा गरेर फुट पार्नु नै पैशुन्य हो । आपसमा मित्रता भएका दुई वा दुईभन्दा बढी व्यक्ति यसका वस्तु हुन । त्यो कुरा राम्रोसँग जान्नु संज्ञा हो भने फुटाउने चाहना हुनु आशय हो । सामान्यतया राग, द्वेष, मोह तीन वटै र विशेष गरी द्वेषको प्रधानता हुन्छ । भेद गराउन वा फुट गराउने जुन बोली प्रयोग गरिन्छ त्यसलाई ती व्यक्तिहरूले बुझे पछि कार्य निष्पत्ति हुन्छ । त्यस्तै परस्परमा झगडा नभएका व्यक्तिहरूलाई मिलाउने प्रयास नगर्नु तथा त्यस्ता व्यक्तिहरू नमिलुन भनेर प्रयत्न गर्नु पनि पैशुन्य नै हो ।

पैशून्य पनि तीन प्रकारका हुन्छन् । परस्परमा मित्रता भएका व्यक्तिहरूलाई फुटाउनको लागि खुलेआम प्रयत्न गर्नु "बलात् पैशून्य" हो । यताको कुरा उता र उताको कुरा यता ल्याएर फुटाउनु "संसूचन पैशून्य" हो । सोझै प्रयास नगरीकन प्रकारान्तरको प्रयत्नबाट फुटाउन खोज्नु "परोक्ष पैशून्य" हो । यस्ता पैशून्यहरूमध्ये गुरु चेला बीचमा वा संघमा फुट ल्याउनु सबैभन्दा कडा पाप हुन्छ ।

## ६. पारुष्य (कठोर बचन बोल्नु) :

आफूभन्दा भिन्न अलग व्यक्ति पारुष्यको वस्तु हो । त्यसप्रति कडा वचन बोल्ने इच्छा हुनु आशय हो । यसमा विशेष गरी द्वेष क्लेशको प्रधानता हुन्छ । कठोर वचन बोली सकेपछि उक्त व्यक्तिले मन दुखाए पछि कार्य निष्पत्ति हुन्छ ।

कसैलाई सीधै गाली गर्नु साक्षात पारुष्य हो भने व्यंग्य हानेर अर्काको हृदयमा चोट पुऱ्याउनु नैमित्तिक पारुष्य हो । त्यस्तै जसप्रति कडा बोल्नु पर्ने हो उसलाई सीधै नभनेर मित्रहरूको अगाडि कटु वचन बोल्नु परम्परया पारुष्य हो । सबै प्रकारका पारुष्यमध्ये आमा, बाबु, या आर्यप्रति कठोर वचन बोल्नु सबैभन्दा कडा पाप हुन्छ ।

## ७. संभिन्न प्रलाप (व्यर्थका कुरा गर्नु) :

आफूभन्दा भिन्न व्यक्तिसँग बोलिने निरर्थक बोली यसको वस्तु हो । त्यस्तो कथनलाई राम्रोसँग जान्नु संज्ञा हो । प्रमादले गर्दा विना मतलबको कुरा

गर्ने इच्छा हुनु आशय हो । राज कथा, चोर कथा, युद्ध कथा, जुवा खेलेको कथा, स्त्री कथा जस्ता बढाई चढाई गरिएका कुरा गर्न थाल्नु प्रयोग हो । यसमा विशेष गरी मोह क्लेश सक्रिय हुन्छ । बोलीको रूपमा व्यर्थ शब्द निकाल्नु कार्य निष्पत्ति हो ।

तीर्थिक आदिका जप ध्यानको वारेका कथाहरू मिथ्या संभिन्न प्रलाप हुन भने निरर्थक कहानी तथा हसाँउने कुराहरू गर्नु लौकिक संम्भिन्न प्रलाप हो । योग्यता नभएका व्यक्तिलाई धर्म सिकाउनु सत्य सम्भिन्न प्रलाप हो । सबै खाले फाल्तु गफमध्ये धर्म अभ्यासमा लागेका व्यक्तिहरूको मन विक्षिप्त गराउने खालका गफ़को वेफाइदा सबभन्दा बढी हुन्छ ।

## ८. अभिध्या (लोभ) :

अरुको सम्पत्ति वा ऐश्वर्यप्रति तीव्र राग उत्पन्न हुने चित्त अभिध्या हो । अरुको चल र अचल सम्पत्ति यसको वस्तु हो । अरुको धन एवं सामग्री हात पार्ने इच्छा नै आशय हो । अरुको सम्पत्तिको वारम्वार सम्भी रहनु प्रयोग हो । यसमा राग क्लेशको प्रधानता हुन्छ । अर्काको सम्पत्तिको वारेमा चिन्तन गर्दा अन्तमा लाज पचाएर काम गर्न थाल्नु कार्य निष्पत्ति हो ।

आफ्नो कुलप्रतिको आसक्ति आत्मीय अभिध्या हो भने अरुहरूको सम्पत्तिको आसक्ति परकीय अभिध्या हो । आफ्नो कुल र अरुहरूको सम्पत्ति नभएर जमीन मुनिको निधि जस्ता सम्पत्तिको आशा उभयातिरिक्त अभिध्या हो । सबै प्रकारको अभिध्यामध्ये भिक्षुको लाभांशप्रतिको आसक्ति सबैभन्दा कडा पाप हो ।

## ९. व्यापाद (अरुलाई हानि गर्ने चाहना) :

आफूभन्दा अलग व्यक्ति वस्तु हो भने अरुहरूलाई मार्ने, कुट्ने र विनाश गर्ने चाहना आशय हो । कुनै व्यक्तिलाई कसरी हानि पुऱ्याउँ भनेर सोची रहनु प्रयोग हो । यसमा द्वेष नामक क्लेश प्रधान हुन्छ । अरुहरूलाई मारेको, कुटेको र ध्वस्त पारेको देख्दा प्रसन्न हुनु तथा त्यस्ता कुराहरूको प्रतिपक्ष मैत्री, करुणा आदि कुराको अभ्यास गर्न छाड्नु कार्य निष्पत्ति हो ।

अरु व्यक्तिहरूलाई युद्ध क्षेत्रमा मार्ने वा घाइते बनाउने विचार आउनु द्वैषिक (द्वेषसँग सम्बन्धित) व्यापाद हो । कसैसँग होडबाजी हुदाँ त्यसको अपकार गर्ने इच्छा ऐर्ष्यिक (ईर्ष्यासँग सम्बन्धित) व्यापाद हो । पहिले आफूलाई अपकार गरेको भए पनि उसैले बारम्बार क्षमा मागदा पनि उसप्रति बदला लिनको लागि वैरभाव राख्नु औपनाहिक (पेटमा रीस राख्ने) व्यापाद हो ।

सबै प्रकारका व्यापादहरूमध्ये आमा मार्ने, वाबु मार्ने, अर्हत् मार्ने, वुद्धको कायबाट रगत निकाल्ने र संघभेद जस्ता आनन्तर्य (महा पाप) गर्न प्रेरित गर्ने चेतना (चाहना) सबैभन्दा कडा हुन्छ ।

## १०. मिथ्या दृष्टि :

यो लोक छैन, परलोक छैन, आमाबाबु छैनन्, दान छैन, यज्ञ छैन, श्रमण छैनन्, ब्राम्हण छैनन्, देव छैनन्, भगवान् बुद्ध छैनन्, कुशल कर्म छैनन्, अकुशल कर्म छैनन्, कुशल र अकुशल कर्महरूको फल छैन भन्ने जस्ता धारणाहरू नै मिथ्या दृष्टि हुन । तसर्थ कुशल र अकुशल धर्महरू वस्तु हुन । हेतु फल विरोधी र चार आर्य सत्यविरोधी दृष्टि उत्पन्न गर्ने चेतना नै आशय हो । कुशल अकुशल कर्म हुँदैनन् भनेर बारम्बार सोची रहनु प्रयोग हो भने तीन क्लेशमध्ये मोह प्रधान हुन्छ । कुशल अकुशल कर्म र त्यसको इष्ट अनिष्ट फल छैन भन्ने निश्चय गरेर मिथ्या दृष्टिको प्रतिपक्ष सम्यक दृष्टिको अभ्यास नगर्नु कार्य निष्पत्ति हो ।

मिथ्या दृष्टिलाई पनि मोटामोटी रूपमा तीन भागमा बाँडिएको हुन्छ । क) कर्म फलापवादिका मिथ्या दृष्टि : कुशल कर्म पनि छैन, अकुशल कर्म पनि छैन, ती दुवैको फल पनि छैन । त्यसै गरी सबै सुखहरू तथा दु:खहरू विना हेतु उत्पन्न हुन्छन भन्ने जस्ता कर्म र फलको निषेध गर्ने मिथ्या दृष्टिलाई कर्म फलापदिका मिथ्या दृष्टि भनिन्छ । ख) सत्यापवादिका मिथ्या दृष्टि : मार्ग सत्यको भावना गर्दा पनि निरोध सत्य (निर्वाण) साक्षात्कार हुँदैन भन्ने जस्ता आर्य सत्यहरूको अपलाप गर्ने मिथ्या दृष्टि नै यस प्रकारको मिथ्या दृष्टि हो । ग) रत्नत्रयापवादिका मिथ्या दृष्टि : बुद्ध छैनन्, उनले सिकाएको धर्म छैन तथा संघ पनि छैन भन्ने जस्ता त्रिरत्नसँग सम्बन्धित मिथ्या दष्टि यो वर्गमा पर्छन ।

अभिध्या, व्यापाद आदि मानसिक कर्महरूमध्ये मिथ्या दृष्टि सबैभन्दा अकुशल कर्म हो । दश अकुशल कर्महरूमध्ये पहिला सातवटा कर्मपथ हुनलाई बाहिरी कर्म पनि देखिनु पर्छ भने बाँकी तीनवटा स्वत: सिध्द नै अकुशल कर्मपथ हुन । बोधिसत्वले यी पछिल्ला तीनवटा गरेमा सोझै पतन हुन्छ ।

# अकुशल कर्महरूको फल

अकुशल कर्महरू गर्नाले अपाय गति (नरक, प्रेत र पशु) मा जन्म हुन्छ र धेरै दु:ख हुन्छ । हरेक अकुशल कर्महरूका विपाक, अधिपति र निष्यन्द फल हुन्छन । सबै कर्महरूको विपाक फल दुर्गतिमा जन्म लिनु हो ।

**विपाक फल :**

द्वेष (रीस) ले प्रेरित भएर गरिएको अकुशल कर्मले गर्दा नरकमा जन्म हुन्छ भने रागद्वारा प्रेरित भएर गरिएको अकुशल कर्मले गर्दा प्रेत लोकमा जन्म हुन्छ । त्यस्तै मोहको वशमा परेर गरिएको अकुशल कर्मबाट पशु लोकमा जन्म हुन्छ । दश अकुशल कर्महरू अत्यधिक मात्रामा गरेमा नरकमा जन्म हुन्छ । मध्यम मात्राको अकुशल कर्म भएमा प्रेत र कम मात्राको अकुशल कर्मले गर्दा पशु लोकमा जन्म हुन्छ ।

**निष्यन्द फल (हेतु जस्तै फल) :**

यसमा हेतु जस्तै अनुभव हुने फल र हेतु जस्तै काम गर्ने गरी दुई भेद छन् ।

क) हेतु जस्तै अनुभव हुने फल : अकुशल कर्महरूले गर्दा पछि कुनै बेला दुगर्तिमा जन्म भएर दु:ख अनुभव गर्नुपर्छ भने पहिलो नै त्यस्तो दु:ख अनुभव गरिसकेको भए उच्च लोकमै जन्मिएर पनि तल बताइए अनुसार अनुभव हुन्छ ।

१) प्राणातिपात गरेको भए उच्च लोकमै जन्मिए पनि आयु छोटो हुन्छ र धेरै रोगहरू लागिरहन्छन् ।

२) चोरीले गर्दा दरिद्र भइन्छ । थोरै सम्पत्ति भए पनि प्रयोग गर्न कष्ट हुन्छ ।

३) काम मिथ्याचारले गर्दा धेरै शत्रु हुन्छन र आफ्नो लोग्ने वा श्रीमती आफूप्रति बफादार हुन्नन् ।

४) झूटो बोलेका भए अरुले धेरै निन्दा गर्छन, दुर्वचन बोल्छन र सजिलैसँग ठग्छन् ।

५) पैशून्यले गर्दा त्यस्तो व्यक्तिका धेरै कम साथी हुन्छन् । कोही साथी भैहाले पनि चाँडै नै छुट्टिन्छन् ।

६) पारुष्यको फल विपाक हुनाले अप्रिय वचन सुन्नुपर्छ र आफूले जे बोले पनि झगडाको कारण बनी हाल्छ ।

७) सम्भिन्न प्रलाप गरेको फल विपाक हुँदा आफूले साँचो नै बोले पनि अरुले पत्याउँदैनन् ।

८) अभिध्याले गर्दा आफूले चाहेको कुरा पाउन सकिन्न । पाई हाले पनि संतुष्ट हुन सकिँदैन ।

९) व्यापादले गर्दा सधैं डर लागी रहन्छ र अरुले बिगार्लान भनेर आत्तिई रहन्छ ।

१०) मिथ्या दृष्टिले गर्दा मिथ्या दृष्टि भएका व्यक्तिसँग भेट हुन्छ र व्यक्तिमा धेरै कम मात्र प्रज्ञा हुन्छ । अलिकति भएको प्रज्ञा पनि दूषित हुन्छ ।

ख) हेतु जस्तै काम गर्ने कर्ममा हरेक जीवनमा पहिलेको बानीले गर्दा फेरि त्यस्तै काम गर्ने झुकाव हुन्छ । उदाहरणको लागि यो जीवनमा मार्न मन लाग्नु भनेको अगाडिका जन्महरूमा मारी राखेको हुनु हो ।

**अधिपति फल :**

व्यक्ति जन्मने र हुर्कने वातावरण जस्ता बाहिरी पक्षहरू अधिपति फलमा पर्दछन ।

१) हत्या गर्नाले ओज कम भएको ठाउँमा जन्म हुन्छ ।
२) चोरी गर्नाले असीना र चट्याङ पर्ने ठाउँमा जन्म हुन्छ ।
३) काम मिथ्याचारले गर्दा धुलो उडीरहने ठाउँमा जन्म हुन्छ ।
४) झुट बोल्नाले दुर्गन्धी ठाउँमा जन्म हुन्छ ।
५) चुक्ली लगाउनाले भिरालो ठाँउमा जन्म हुन्छ ।
६) कटु वचन बोल्नाले रुखो ठाउँमा जन्म हुन्छ ।
७) व्यर्थ गफ गर्नाले ऋतुको फल उल्टो हुने ठाउँमा जन्म हुन्छ (जस्तै कुसमयमा पानी पर्ने ) ।
८) लोभले गर्दा फल साना साना मात्र हुन्छन् ।
९) व्यापादले गर्दा तीतो स्वाद भएको फल फल्ने ठाउँमा जन्म हुन्छ ।
१०) मिथ्या दृष्टिले गर्दा फलै नफल्ने ठाउँमा जन्म हुन्छ ।

यसरी अकुशल कर्महरू चिनेर तिनीहरूको फल याद गरेर त्यस्ता कर्महरू गर्नबाट आफूलाई जोगाउनु पर्छ । पहिले गरिसकेको भए पनि पश्चात्ताप मानेर सुधार्ने प्रयत्न गर्नु पर्छ । यी दश अकुशल कर्महरू नगर्नु नै दश कुशल कर्महरू हुन् ।

# परिशिष्ट - ३

## त्रिपिटकसँग सुहृल्लेखको सम्बन्ध

आर्य नागार्जुनलाई महायान बौद्ध धर्मका आचार्य मानिने भएकाले थेरावाद परम्परामा उहाँका ग्रन्थहरूको अध्ययन नहुनु स्वाभाविक नै हो । यही मान्यताले गर्दा अनुवादकले पनि सुहृल्लेख र त्रिपिटक ग्रन्थहरूको बीचमा तालमेल छैन होला भन्ने ठानेको थियो । अनुवादको क्रममा धेरै कुराहरू त पहिले नै पढि सकेको जस्तो लागेर त्रिपिटकभित्र अनुसन्धान गर्न थालियो । फाट्टफुट्ट रूपमा नागार्जुनले उद्धृत गरेका प्रसंङ्गहरू पाउँदा अनुसंधानात्मक लेख तयार पार्ने विचार आयो । यही सन्दर्भमा गुरुवर श्रीधर राणाज्यूको सान्निध्यमा अध्ययन गर्दा र बौद्ध विद्वान दुण्डवहादुर वज्राचार्यज्यूको सत्सङ्ग गर्दा त नागार्जुनका सबै श्लोकहरूको पाली भाषामा रहेको सुत्त पिटक भित्र सम्बन्ध भएको पाइएको हुनाले तुलनात्मक सम्बन्ध विषयक अनुसंधान छाप्नुको औचित्य रहेन भन्ने निष्कर्षमा पुगियो । अर्को शब्दमा भन्ने हो भने भगवान् बुद्ध भाषित उपदेश रत्नलाई नागार्जुनले केवल पद्यवद्ध मात्र गरेर राजालाई चिठीको रूपमा पठाएको पाइयो । एउटै श्लोक पनि सबै जसो निकाय वा आगममा दोहोरिएको पाइयो ।

यहाँ त्रिपिटकको पनि थोरै चर्चा गर्नु राम्रो होला । भगवान् बुद्धले आफ्नो ४५ वर्षको उपदेश दिने क्रममा अनगिन्ती प्रकारले सिकाउनु भएको थियो । भगवान् बुद्धको परिनिर्वाणको तीन महिनापछि ५०० अर्हतहरूको उपस्थितिमा भएको प्रथम सँगायनमा शिष्यहरूले सुनेको कुराहरूको वाचन गर्ने र अनुमोदन गर्ने क्रममा भगवान् बुद्धका उपदेशहरूलाई सुत्त र विनय गरी दुई भागमा बाँडियो । पछि दार्शनिक पक्षका कुराहरूलाई छुट्टै संकलन गरेर अभिधम्म वर्गको पनि सिर्जना गरियो । यसरी बुद्ध वाणीलाई सुत्त पिटक, विनय पिटक र अभिधम्म पिटक गरी तीन भागमा बाँडियो । स्थविरवाद निकायमा सवै ग्रन्थहरू पाली भाषामा लेखिएका छन् भने मूल सर्वास्तिवाद निकायका ग्रन्थहरू संस्कृत भाषामा लेखिएका थिए ।

पाली भाषाको अलावा तिब्वती र चिनीयाँ भाषामा पनि त्रिपिटक ग्रन्थहरू अनुवाद भएका छन । तिब्वती भाषाको कांग्युर नामक ग्रन्थ मालामा बुद्ध वचन राखिएको छ । पालि निकायहरूलाई सर्वास्तिवादी परम्परामा आगम भनिन्छ । चिनियाँ भाषामा अनुवाद गर्दा निकायहरूवाट नगरेर आगमहरूवाट गरिएको पाइन्छ । सुत्त पिटक अन्तर्गत दीर्घ निकाय (दीर्घागम), मज्झिम निकाय (मध्यमागम), अङ्गुत्तर निकाय (एकोत्तर आगम), संयुत्त निकाय (संयुक्तागम) र खुद्दक निकाय (क्षुद्रकागम) पर्छन । यी निकाय वा आगममा कतिपय सुत्तहरू दोहोरिएका पनि पाइन्छन भने धेरै जसोको विषय वस्तु वारम्वार दोहोरिएको पाइयो ।

नागार्जुनले सारा त्रिपिटक अध्ययन गरी सकेको हुनाले गृहस्थ उपासकको लागि उपयुक्त र सम्भव हुने कुराहरू मात्र सुहृल्लेख ग्रन्थमा दर्शाउनु भएको पाइन्छ। यी उपदेशहरूलाई अझ विस्तारमा नयाँ विषय वस्तुहरू सहित रत्नावली नामक ग्रन्थमा दर्शाइएको छ। सुहृल्लेख ग्रन्थको अध्ययनवाट के देखिन्छ भने नागार्जुनले पाली त्रिपिटकका विषयहरूको खण्डन गरेको नभएर ती उपदेशहरूलाई जनमानसमा अझ लोकप्रिय बनाएको पाइन्छ। बिशेष गरी अङ्गुत्तर निकायमा सुहृल्लेखका श्लोकहरूको परिवेश र बयान पनि पाइन्छ। सत्रौं श्लोकको तीन प्रकारका पुद्गलहरूलाई अङ्गुत्तर निकायमा पाषाणलेखूपमो पुग्गलो, पटभिलेखपमो पुग्गलो र उदकलेखपमो पुग्गलो भनिएको छ। त्यस्तै गरी अन्य श्लोकहरूको सप्रसङ्ग व्याख्या त्रिपिटक ग्रन्थहरूमा छ। ती सबैको उल्लेख यहाँ स्थानाभावले गर्दा गरिएको छैन।

सुहृल्लेखमा भएका कुराहरूको विस्तृत अध्ययन गर्न चाहेमा त्रिपिटकका नेपाली, नेपाल भाषा र हिन्दीमा भएका अनुवादहरूको अध्ययन गर्न सक्नु हुनेछ। दीघ निकायको नेपाली तथा दीघ, मज्झिम, संयुक्त आदि निकायको नेपाल भाषाको अनुवाद दुण्ड बहादुर वज्राचार्यज्यूले गर्नु भई प्रकाशित पनि गरी सक्नु भएको छ। त्यस्तै स्व. अमृतानन्द महास्थविरज्यूको बुद्ध कालीन श्रृखंलाका नेपाली ग्रन्थहरूमा पनि यी कुराहरू विस्तारमा दर्शाइएको छ। भदन्त आनन्द कौशल्यान, राहुल सांकृत्यायन, धर्मरक्षित आदि भारतीय बौद्ध विद्वानहरूका हिन्दी अनुवाद पनि सर्वसुलभ भएकाले विस्तृत अध्ययन गर्ने मौका छ। ती सबै ग्रन्थहरूको अध्ययन गर्न सम्भव नभएमा संक्षिप्तमा भए पनि धेरै कुरा यो लघु ग्रन्थमा सम्मिलित छन्।

## परिशिष्ट - ४
## बौद्ध धर्मअनुसार लोक लोकान्तरहरू

बौद्ध दर्शन अनुसार संपूर्ण संसारलाई तीन धातु (लोक) मा बाँडिन्छ । ती हुन् – अरूपधातु, रूपधातु र कामधातु जसको विवरण निम्न अनुसार छ ।

### अरूपधातु

| | |
|---|---|
| ४. नैवसंज्ञानासंज्ञायतन (भवाग्र) - संसारको सबभन्दा उच्च अवस्था<br>३. आकिञ्चन्त्यायतन<br>२. विज्ञानानन्त्यायतन<br>१. आकाशानन्त्यायतन | अरुपध्यान प्राप्त गरेका योगीहरू मात्र पुग्न सक्छन् ।<br>जस्तै : उद्रक रामपुत्र पुगेका थिए । |

### रूपधातु

| | |
|---|---|
| १७. अकनिष्ठ देवहरू<br>१६. सुदर्शन देवहरू<br>१५. सुदृश देवहरू<br>१४. अतप देवहरू<br>१३. अवृह देवहरू | यी पाँच ब्रह्मलोकहरूमा त केबल आयहरू मात्र पुग्न सक्छन् र यिनीहरूलाई शुद्धावासकायिक ब्रह्माहरू पनि भनिन्छ । यी सबै आर्य हुन् । |
| १२. बृहत्फल देवहरू<br>११. पुण्यप्रसव देवहरू<br>१०. अनभ्रक देवहरू | चतुर्थ ध्यान या तुरीयावस्थामा स्थित योगीहरू पुग्ने लोकहरू |
| ९. शुभकृत्स्न देवहरू<br>८. अप्रमाणशुभ देवहरू<br>७. परीत्तशुभ देवहरू | तृतीय ध्यान लाभ गरेका योगीहरू पुग्ने लोकहरू |
| ६. आभास्वर देवहरू<br>५. अप्रमाणभ देवहरू<br>४. परीत्ताभ देवहरू | द्वितीय ध्यान लाभ गरेका योगीहरू पुग्ने लोकहरू |
| ३. महाब्रह्माहरू<br>२. ब्रह्मपुरोहित देवहरू<br>१. ब्रह्मकायिक देवहरू | प्रथम ध्यान लाभ गरेका योगीहरू यहाँ पुग्छन् । |

## कामधातु

| | | |
|---|---|---|
| ६. | परनिर्मितवशवर्ती देवलोक | ६ कामधातु देवलोकहरू |
| ५. | निर्माणरति देवलोक | |
| ४. | तुषित देवलोक | |
| ३. | याम देवलोक | |
| २. | त्रायस्त्रिंया देवलोक | |
| १. | चतुर्माहाराजिक देवलोक | |

४. | मनुष्यलोक : (चारद्वीप र आठ उपद्वीपका सबै नर नारीहरू)

| | | |
|---|---|---|
| ३. | तिर्यग्लोक (पशु योनि-यसमा नाग, उरग, महोरग आदि पर्दछन्) | दुर्गति या अपायगति |
| २. | प्रेतलोक - ३६ प्रकारका | |
| १. | निरय (नरक) लोक | |
| | – ८ शीत नरक | |
| | – ८ उष्ण नरक | |
| | – १६ उत्सद नरक (प्रत्येक नरकको वरिपरि १६x८=१२८) | |
| | – धेरै प्रात्यन्तिक नरकहरू | |

कामधातुको देवलोकहरूमा ६ ओटा प्रमुख छन् र त्यसभित्र थुप्रै साना साना लोकहरू पनि हुन्छन् । ती ६ ओटा हुन् –

१) चतुर्महाराजिक देवलोक जसमा चार ओटा दिक्पाल पर्दछन् ।
क) वैश्रवण, ख) विरूढक, ग) धृतराष्ट्र र घ) विरूपाक्ष
यी सबैका आ-आफ्ना लोकहरू हुन्छन् र ती सबैलाई मिलाएर चतुर्महाराजिक देवलोक भनिन्छ । यसमा अन्य यक्ष, गन्धर्व आदि सबै पर्दछन् ।

२) त्रायस्त्रिंशा – यसभित्र ११ ओटा देवलोकहरू हुन्छन् । इन्द्रलोक तीमध्ये सबैभन्दा माथिल्लो लोक हो । विष्णु, महादेव आदि पनि यही त्रायास्त्रिंशामा पर्दछन् । केही हिन्दूहरूले ब्रह्मलोककै समकक्षमा अर्को विष्णु र महादेवको लोक भएको दाबी पनि गर्छन् । केही बौद्ध ग्रन्थहरूमा पनि त्यस्तै भन्न खोजिए जस्तो पनि देखिन्छ । अष्ट बसुहरू, दुई अश्विन कुमारहरू, एकादश रुद्रहरू, बाह्र आदित्यहरू यसैमा पर्दछन् ।

३) तेश्रो कामधातुको देवलोक भनेको "याम" हो । यो "यमलोक" होइन । यमलोक ३६ प्रेत लोकहरूमध्ये एकमा पर्दछ । "याम" भने स्वर्गलोक हो ।

४) चौथो कामधातु देवलोक "तुषित" हो र प्रत्येक भावी बुद्ध जम्बुद्वीपमा ओर्लिने समय पर्खिंदा त्यहीँ रहने गर्नुहुन्छ । जसरी श्वेतकेतु शाक्यमुनि बुद्ध भएर जन्मिनुभन्दा अगाडि त्यहीँ हुनुहुन्थ्यो त्यसरी नै अहिले मैत्रेय त्यहीँ हुनुहुन्छ ।

५) पाँचौं कामधातु देवलोक "निर्माणरति" हो ।

६) छैठौं चाहिँ "परनिर्मितवशवर्ती" हो । काम धातुका सबभन्दा शक्ति शाली देवहरू यसमा पर्दछन् जसभित्र एक वर्गको ईश्वर, मार आदि देव पुत्रहरू समेत रहेका हुन्छन् ।

# परिशिष्ट - ५

## पारिभाषिक शब्दावली (Glossary)

(छ क्लेशहरू तथा बीस उपक्लेशहरूका परिभाषाहरू आचार्य बसुबन्धुको त्रिंशिका भाष्यमा आधारित छन् । कोष्ठमा तिब्बती शब्दहरू दिइएको छ । यी परिभाषाहरू आचार्य श्रीधर राणाज्यूले लेख्नु भएको हो ।)

क्लेश (न्योनमोङपा) :

**क्लिश्यतेऽनेनेति क्लेशः** अर्थात् जसले कष्ट दिन्छ त्यो क्लेश हो । छ क्लेश चैत्त वा चैतसिकहरू यस प्रकार छन्: **क्लेशा रागप्रतिघमूढयःमानदृग्विचिकित्साश्च** अर्थात् राग, प्रतिघ, मूढ वा मोह, मान, दृष्टि र विचिकित्सा क्लेशहरू हुन् ।

१) राग (दोछ्याग)

**तत्र रागो भवभोगयोरध्यवसानं प्रार्थना च** अर्थात् संसार र भोगप्रतिको चाहना र प्रार्थनालाई राग भनिन्छ । यसलाई छन्द पनि भनिन्छ । राग पनि भव राग र काम राग गरी दुई वटा छन् । भव रागलाई पनि रूप राग र अरूप रागको रूपमा बाडिँएको छ । भवरागमा रूप र अरूप लोकका विभिन्न तह र ध्यानको अनुभूति र भोग गर्ने चाहना हुन्छ । काम रागमा पंच काम गुणको भोग गर्ने चाहना हुन्छ । रागको अर्को अर्थ तृष्णा हो । यसको नजीकको नेपाली शब्द तिर्सना हो ।

२) प्रतिघ (खोङ्ठो)

**प्रतिघः सत्वेष्वाघातः सत्वेषु रुक्षचित्तता, येनाविष्टः सत्वानां वधबन्धनादिकमनर्थं चिन्तयति ।** अर्थात् सत्वहरूप्रति आघात पुऱ्याउने, सत्वहरूप्रति रुष्ठ हुने चित्तलाई प्रतिघ भनिन्छ । त्यही कारणले अरु व्यक्तिहरूलाई दुःख दिने, कुट्ने, बाँध्ने काम गर्छ । प्रतिघ पनि दुई प्रकारको हुन्छ क) अरुहरूलाई हानि पुऱ्याउने चाहना हुनु ख) अरुहरूप्रति वैरभाव गर्नु । योसँग मिल्ने नेपाली शब्दहरू रुख्खोपन, रुष्ठ, कडा चित्त हो ।

३) मोह (मारिग्पा)

**मोहोऽपायेषु सुगतौ निर्वाणे तत्प्रतिष्ठापकेषु हेतुषु तेषां चाविपरीते हेतुफलसम्बन्धे यदज्ञानम् ।** अर्थात् नरक, स्वर्ग, निर्वाण तथा तिनीहरूको हेतु र तिनीहरूको हेतुफल सम्बन्धको बारेमा नजान्नु नै मोह हो । यो कुशल र अकुशल कर्मको बारेमा अविद्या हो । यो मोह नै सम्पूर्ण क्लेशहरूको मूल आधार हो । नेपाली शब्द माया - मोहभन्दा मायाले रागलाई जनाउँछ भने मोहले कुशल र अकुशल छुट्याउन नसक्नुलाई जनाउँछ । यो मूढता हो ।

४) मान (ङाग्याल)

**स पुनश्चित्तस्योन्नतिलक्षणः** अर्थात् यसको लक्षण चित्तलाई माथ्लो र तल्लो बनाउनु हो । यो पञ्च स्कन्ध र आफ्नो सम्पत्तिप्रतिको धारणासँग सम्बन्धित छ अर्थात् आत्मा र आत्मीयसँग सम्बन्धित छ । म यो हुँ । यो पजेरो मेरो हो भन्ने जस्ता भावना नै मान हो । यसको नजीकको नेपाली शब्द गर्व, घमण्ड हो । मान मर्यादा वा मान हानि शब्दमा मानको अर्थ पनि त्यही हो । मान जम्मा सात प्रकारका हुन्छन् ।

५) दृष्टि (तावा)

बौद्ध वाङमयमा दृष्टि भन्नाले सामान्यतया मिथ्या (गलत) लाई नै बुझिन्छ । यस्ता दृष्टिहरू जम्मा पाँच प्रकारका हुन्छन ।

क) सत्कायदृष्टि (जिग्छोगला तावा) :

**तत्र सत्कायदृष्टिर्यत्पञ्चसूपादानस्कन्धेष्वात्मात्मीयदर्शनम्** । अर्थात पाँच स्कन्धहरूलाई आत्मा र आत्मीय (म र मेरो) को रूपमा हेर्नु र देख्नुलाई सत्काय दृष्टि भनिन्छ ।

ख) अन्तर्ग्राहदृष्टि (थारजिन्पाई तावा) :

**अन्तर्ग्राहदृष्टिस्तेष्वेव पञ्चसूपादानस्कन्धेष्वात्मात्मीयत्वेन गृहीतेषु यदुच्छेदतः शास्वततो वा दर्शनम्** । अर्थात् म र मेरोको रूपमा ग्राह गरिएको पञ्चस्कन्धहरूलाई उच्छेद (पूरै नाश हुन्छ भन्ने धारणा) र शाश्वत ( कहिल्यै अन्त हुँदैन भन्ने धारणा) रूपमा हेर्नु र देख्नुलाई अन्तर्ग्राहदृष्टि भनिन्छ ।

ग) मिथ्यादृष्टि (लोक्पार तावा) :

**यया मिथ्यादृष्ट्या हेतुं वाऽपवदति फलं क्रियां वा सद् वा वस्तु नाशयति, सा सर्वदर्शनपापत्वात् मिथ्या दृष्टिरित्युच्यते** अर्थात् कर्म र कर्मको फल जस्ता हेतु र फलको धारणालाई नकार्ने दृष्टिलाई मिथ्यादृष्टि भनिन्छ र यही नै सबैभन्दा पापयुक्त दृष्टि हो । पाली ग्रन्थ मज्झिम निकायका अनुसार कुनै पनि फल छैन भनी विश्वास गर्नु, अरु लोकहरू छैनन्, देवी देवताहरू छैनन्, मरे पछि अर्को जीवन छैन भन्ने जस्ता कुराहरूमा विश्वास गर्नु नै मिथ्यादृष्टि हो ।

घ) दृष्टिपरामर्श (तावा छोग्तु जिन्पा) :

**पञ्चसूपादानस्कन्धेष्वग्रतो विशिष्टतः श्रेष्ठतः परमतश्च यद् दर्शनम्** । अर्थात् पाँच स्कन्धहरूलाई विशेष, उच्च, श्रेष्ठ र उत्तम देख्नुलाई दृष्टि परार्मश भनिन्छ ।

ङ) शीलव्रतपरामर्श (छुल्ठीम धाङ तुल्स्युग छोग्तु जिन्पा) :

**पञ्चसूपादानस्कन्धेषु शुद्धितो मुक्तितो नैर्याणिकतश्च यद् दर्शनम् ।** अर्थात् पाँच स्कन्धहरूलाई शुद्धि, मुक्ति एवं मार्गको दृष्टिले हेर्नु शीलव्रतपरामर्श हो । यहाँ अर्थ त्यति प्रष्ट नभएको हुनाले आचार्य विनीतदेवको आधारमा व्याख्या गर्छु । यो वा त्यो तीर्थमा नुहाएर, व्रत बसेर, उपवास बसेर क्लेशहरूबाट मुक्त भइन्छ भन्ने विश्वास गर्नु नै शीलव्रतपरामर्श हो ।

६) विचिकित्सा (थेछोम्) :

**विचिकित्सा कर्मफलसत्यरत्नेषु विमतिः** अर्थात् कर्म फल, चार आर्य सत्य, दुई सत्य (संवृत्ति र परमार्थ), तीन रत्नहरू (बुद्ध, धर्म, संघ) प्रति विमति ( उल्टो वा गलत मति) तथा शंका हुनु विचिकित्सा हो । सामान्य नेपाली भाषामा माथि बताइएका कुराहरूप्रति शंका हुनु हो । यो शंकाको तपाईले नबुझेको वा तपाईसँग नभएको शंकासँग सम्बन्ध छैन । यसको मतलब मनमा उठेका शंकाहरूको समाधान गर्न वा आफूले नबुझेको कुरा बुझ्न प्रश्न नगर्नु भनेको हैन । विचिकित्सा त शंका समाधान गर्न प्रयास नै नगरीकन वा शंका पनि तर्कसम्मत छ भन्ने नसोचीकन शंका गर्नु मात्र हो ।

बीस उपक्लेश चैतसिकहरूमा १) क्रोध २) उपनाह ३) म्रक्ष ४) प्रदाश ५) ईर्ष्या ६) मात्सर्य ७) माया ८) शाठ्य ९) मद १०) विहिंसा ११) आह्रीक्य १२) अपत्राप्य १३) स्त्यान १४) औद्धत्य १५) आश्रद्धय १६) कौसीद्य १७) प्रमाद १८) मुषिता स्मृति १९) विक्षेप २०) असंप्रजन्य पर्दछन । तिनीहरूको परिभाषा निम्न अनुसार छन् ।

१) क्रोध (ठोवा) :

**तत्र क्रोधो वर्तमानमपकारमागम्य यश्चेतस आघातः** अर्थात् अहिले वर्तमानमा गरेको अपमानबाट उत्पन्न चित्तको आघात हो । प्रतिघ (क्लेश नम्बर २) र क्रोध बीचको भिन्नता तीव्रतामा छ । प्रतिघ भनेको तीव्र क्लेश हो भने क्रोध मन्द क्लेश हो । क्रोध नेपाली बोलीचालीको रीस जस्तो हो भने प्रतिघ भनेको एकदमै खप्न नसकिने रीस हो ।

२) उपनाह (खोन्दु जिन्पा) :

**उपनाहो वैरानुबन्धः** अर्थात् वैर/क्रोध/प्रतिघ पछि उपनाह आउँछ । यो पेटमा रहेको रीस जस्तै हो । यो विर्सन नसकेको क्रोध/प्रतिघ/अपमान हो ।

३) म्रक्ष (छाव्पा) :

**म्रक्ष आत्मनोऽवद्यप्रच्छादना** अर्थात् आफ्ना पाप वा दोषहरूलाई आफूले गरेको हैनन भनी छल्नु म्रक्ष हो । सामान्य नेपाली भाषामा यसलाई कुरा लुकाउने भनिन्छ ।

४) प्रदाश (छिग्पा) :

**प्रदाशश्चण्डवचोदाशिता** अर्थात् कठोर वचनद्वारा चोट पुर्याउनु प्रदाश हो । यसलाइ बोलीचालीको भाषामा कटुवचन बोल्ने मन भनिन्छ ।

५) ईर्ष्या (ठादोग) :

**ईर्ष्या परसम्पत्तौ चेतसो व्यारोष** : अर्थात् अरुको सम्पत्ति र खुशी देखेर पैदा भएको द्वेषलाई ईर्ष्या भनिन्छ । नेपाली भाषामा यसलाई डाहा भनिन्छ । इख भन्ने शब्द पनि ईर्ष्याबाट आएको हो ।

६) मात्सर्य (सेरना) :

**मात्सर्यं दानविरोधी चेतस आग्रह** : अर्थात् अरुहरूलाई दिन नचाहने मनको चाहनालाई मात्सर्य भनिन्छ । यसको नजीकको शब्द कन्जूसीपन हो ।

७) माया (स्यु) :

**माया परवञ्चना या अभूतार्थसन्दर्शनता** अर्थात् असत्यलाई सत्य जस्तो, नभएकोलाई भएको जस्तो देखाएर अरुलाई छल्नुलाई माया भनिन्छ । यो धोखेवाज, जालसाँजी जस्तै हो । मान सम्मान आदि पाउनको लागि आफूसँग नभएका गुणहरू भएको जस्तो वहाना गर्नु नै माया हो ।

८) शाठ्य (यो)

**शाठ्यं स्वदोषप्रच्छादनोपायसंगृहीतं चेतस : कौटिल्यम्** । अर्थात् आफ्ना दोषहरूलाई लुकाउने उपाय प्रयोग गर्न खोज्ने मनलाई शाठ्य भनिन्छ । म्रक्ष भनेको आफ्ना दोषहरूलाई नस्वीकार्नु हो भने शाठ्य भनेको उपायहरू प्रयोग गरेर आफ्ना दोषहरूलाई लुकाउनु हो ।

९) मद (ग्यागपा)

**मद: स्वसम्पत्तौ रक्तस्योद्धर्षश्चेतस: पर्यादानम्** । अर्थात् आफ्नो सम्पत्तिप्रतिको रागले उमङ्ग अर्थात् हर्षित हुनु मद हो । यहाँ सम्पत्ति भन्नाले जवानी, सुन्दरता, स्वास्थ्य, कुल, बल इत्यादि पर्छन । यो एक प्रकारको घमण्ड हो । नेपाली भाषामा सम्पत्तिले मात्तिएकोभन्दा मात्तिनु भन्ने जुन शब्द आउँछ त्यही नै मद हो ।

१०) विहिंसा (नाम्पार छेवा) :

**विहिंसा सत्वविहेठना** अर्थात् प्राणीहरूलाई कष्ट पुऱ्याउनु (दिनु) नै विहिंसा हो। **यो** अहिंसाको उल्टो शब्द हो। पिर्नु, कष्ट पुऱ्याउनु, दु:ख दिनु जस्ता शब्दहरू विहिंसाका पर्यायवाची शब्द हुन्।

**११)** आह्रीक्य (ङोछ्ामेपा) :

**आह्रीक्यं स्वयमवद्येनालज्जा** अर्थात् आफूले पाप कर्म गर्दा त्यो गल्ती हो भन्ने कुरा आफैलाई थाहा हुँदा पनि लाज नहुनु नै आह्रीक्य हो। यो लज्जा अर्थात् ह्रीको उल्टो शब्द हो। यो जानी बुझीकन लाज पचाउनु जस्तै हो।

१२) अनपत्राप्य (ठेल्मेपा) :

**अनपत्राप्यं परतोऽवद्येनालज्जा** अर्थात् पाप कर्म गर्दा अरुहरूले थाहा पाउँदा पनि **लाज** नमान्नु नै अनपत्राप्य हो। यो अपत्राप्य (अरुले के भन्लान वा सोच्लान भनेर **पाप** कर्म गर्नबाट लजाउनु) को उल्टो शब्द हो। अरुहरूको अगाडि बेशर्मी हुनु, **निर्लज्ज** हुनु नै अनपत्राप्य हो। यो शर्मसँग मिल्छ।

**१३)** स्त्यान (मुग्पा) :

**स्त्यानं चित्तस्याकर्मण्यता स्तैमित्यम्** अर्थात् मनको जडताले चित्तलाई निष्क्रिय **बनाउनु** स्त्यान हो। स्त्यान भनेको मानसिक जडपन, मानसिक आलस्य, मूढता **जस्तै** हो। मनले अल्छी गरेर ख्याल गर्न या वास्ता गर्न छाड्छ।

१४) औद्धत्य (गोपा) :

**औद्धत्यं चित्तस्याव्युपशमः** अर्थात् मानसिक अशान्ति, अस्थिरता नै औद्धत्य हो। मनको चंचलता र वेचैनी औद्धत्य हो। यो शमथ को उल्टो हो। जब मन एउटै आलम्बन अर्थात् विषयमा नअडेर ठाँउठाँउमा दौडिरहन्छ त्यसलाई नै औद्धत्य भनिन्छ। स्त्यान वा औद्धत्यको कारणले चित्तले ध्यानको बेलामा आफ्नो आलम्बन छोड्छ वा विक्षेपित हुन्छ।

१५) आश्रद्ध्यम् (मादेपा) :

**आश्रद्ध्यम् कर्मफलसत्यरत्नेष्वनभिसम्प्रत्ययः श्रद्धाविपक्ष :** अर्थात् कर्म, फल, **चार** आर्य सत्य, दुई सत्यहरू र त्रिरत्नप्रति अविश्वास हुनु आश्रद्ध्य हो। यो **श्रद्धाको** उल्टो शब्द हो। सामान्य नेपाली भाषामा यसलाई श्रद्धा **नभएको** चित्तस्थिति भनिन्छ।

१६) कौसीद्य (लेलो) :

**कौसीद्यं कुशले चेतसोऽनभ्युत्साहो वीर्यविपक्षः** अर्थात् कुशल कर्मप्रति उत्साह नहुनु कौसीद्य हो । यो वीर्यको विपक्ष हो । ध्यान गर्न अल्छी लाग्नु वा कुनै पनि प्रकारको धर्मकार्य गर्न अल्छी लाग्नु कौसीद्य हो । यो विशेष खालको अल्छीपन हो ।

१७) प्रमाद (भाग्मेपा) :

**प्रमादो यैर्लोभद्वेषमोहकौसीद्यैः क्लेशाद् रागद्वेषमोहादिकात् चित्तं न रक्षति कुशलं च तत्प्रतिपक्षभूतं न भावयति, तेषु लोभद्वेषमोहकौसीद्येषु प्रमादः प्रज्ञप्यते** । अर्थात् आफ्नो मनलाई लोभ, द्वेष, मोह र कौसीद्यबाट जोगाउनबाट रोक्ने अल्छी वा वेहोसीपनालाई प्रमाद भनिन्छ । यी क्लेशहरूले गर्दा उत्पन्न वेहोसीपनले प्रतिपक्ष प्रयोग गर्नबाट पनि रोक्छ । काम क्रोध आदिले मात्तिएर (मत्त भएर) चित्तलाई संयम नगर्नु नै प्रमाद हो । प्रमादको विपरितार्थक शब्द अप्रमाद हो जुन बौद्ध धर्मको सबभन्दा महत्वपूर्ण शब्दमध्ये एक हो ।

१८) मुषिता स्मृति (जेड्पा) :

**मुषिता स्मृतिः क्लिष्टा स्मृति** : अर्थात् क्लेशले युक्त भएको एक प्रकारको स्मृतिलाई मुषिता स्मृति भनिन्छ । मिथ्या दृष्टि, धारणा, विचारहरू चाहिँ सम्झने तर सम्यक दृष्टि धारणा आदि विर्सने मुषिता स्मृति हो । यसले कुशलबाट विक्षेप गराउँछ । अकुशल आलम्बन (धर्म) लाई सम्झिरहनु मुषिता स्मृति हो ।

१९) विक्षेप (नाम्पार येङ्वा) :

**विविधं क्षिप्यतेऽनेन चित्तमिति विक्षेपः** अर्थात् विभिन्न थरीका आलम्बन (विषय) हरूमा मनलाई छर्नेबालालाई विक्षेप भनिन्छ । आफूले राख्नु पर्ने ठाउँमा मन नरहेर अरु नै इच्छा नभएका आलम्बनहरूमा मन गई रहनु नै विक्षेप हो । यो नै शमथ भावनामा सामना गर्नु पर्ने मूल शत्रु हो । नेपाली भाषामा पनि एउटै कुरामा मन राख्न नसक्ने बौलाहा व्यक्तिको मनलाई विक्षिप्त चित्त भनिन्छ । राग, द्वेष, मोह आदिले गर्दा विक्षेप पैदा हुन्छ । यो समाहित वा अविक्षेपको उल्टो शब्द हो ।

२०) असम्प्रजन्य (शेसिनमायिन्पा) :

**असम्प्रजन्यं क्लेशसम्प्रयुक्ता प्रज्ञा** अर्थात् क्लेशले दूषित भएको प्रज्ञा नै असम्प्रजन्य हो । यो सम्प्रजन्यको उल्टो शब्द हो । प्रज्ञाको विषयमा अगाडि नै विस्तृत चर्चा गरी सकिएको छ ।

द्रष्टव्य : सम्प्रजन्य (शेसिन)

**सम्प्रजन्यं क्लेशविप्रयुक्ता प्रज्ञा** अर्थात् क्लेशले रहित भएको प्रज्ञा नै सम्प्रजन्य हो । क्लेशहरूबाट प्रभावित नभईकन धर्महरूको स्वरूपलाई जस्ताको तस्तै बुझ्नु, होश राख्नु, केलाउनु नै सम्प्रजन्य हो । त्यस्तै पाली अभिधम्मत्थसँगहो अनुसार **सम्पजानातीति सम्पजञ्ञँ, समन्तातो पकारेहि जानातीति अत्थो** अर्थात् जसले पूर्ण रूपमा जान्दछ त्यही सम्प्रजन्य हो, विभिन्न प्रकारले जान्नु भन्ने अर्थ हो । तसर्थ पूरा बुझेर रहनु, होश सहित हुनु, सूझबुझ सहित हुनु नै सम्प्रजन्य हो । सम्प्रजन्य पनि गोचर, असम्मोह, सार्थक र सप्राय गरी चार प्रकारका हुन्छन् ।

---

आस्रव (साक्पा) :

**चित्तविसारं सुतं कुर्वन्तीत्यास्रवा** अर्थात चित्तलाई फैलाउने र चुहुने गराउने नै आस्रव हो । अर्को शब्दमा भन्दा चित्तलाई जहिले पनि तन्काई रहने कुरा नै आस्रव हो । आस्रव भएकोलाई सास्रव (साक्चे) भनिन्छ भने आस्रव मुक्तलाई अनास्रव (सागमे) भनिन्छ । आस्रवलाई क्लेशको पर्यायवाची शब्दको रूपमा लिइन्छ ।

निवरण (डिब्पा) :

**चित्तं निवृणवन्तीति निवरणानि** अर्थात चित्तमा बाधा हाल्ने भएकाले निवरण भनिएको हो । निवरण भनेका त्यस्तो विशेष खालका क्लेशहरू हुन् जसले चित्तलाई शमथ वा एकाग्र हुन वाधा पुऱ्याई रहेका हुन्छन् ।

नैःश्रेयस (डेलेग) :

**निश्चितम् श्रेयस** अर्थात निश्चित रूपमा कल्याण गर्ने भएकाले निः श्रेयस भनिन्छ । यो मोक्षको पर्यायवाची शब्द हो ।

स्कन्ध (फुङ्पो) :

**राश्यर्थं स्कन्धार्थ इति** अर्थात स्कन्ध भनेको राशि, थुप्रो, समुह, जमात, ढीको हो । बौद्ध दर्शन अनुसार "म" भनेको पाँच स्कन्धहरूको समुहमात्र हो । रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार र विज्ञान नै पाँच स्कन्धहरू हुन् । रूप, रंग, आकार, अणु आदिको थुप्रोलाई रूपस्कन्ध भनिन्छ । क्षण क्षणका सुख दुःख आदिको अनुभवका राशिलाई वेदनास्कन्ध भनिन्छ । स्कन्धको अर्को अर्थ काँध हो । काँधले भार बोक्ने काम गरे जस्तै पाँच स्कन्धहरूले पुद्गल (व्यक्ति) रूपी भार बोक्ने काम गर्छन । पुद्गल भनेको "म" भनेर हामीले बुझिने व्यक्तित्व वा व्यक्ति हो ।

## परिशिष्ट - ६

# काठमाण्डौमा बौद्ध धर्मको अध्ययन कहाँ गर्ने ?

भगवान् बुद्धको जन्मभूमि नेपालमा बौद्ध धर्मप्रति अभिरुचि राख्ने व्यक्तिहरूको संख्या कम छैन । तैपनि बौद्ध धर्मको व्यवस्थित रूपमा अध्ययन गर्ने सुविधा कहाँ छ भन्ने जानकारी नहुदाँ धेरै व्यक्तिहरूलाई असजिलो भएको हुन सक्छ । इच्छुक व्यक्तिहरूको सुविधाको लागि हामीलाई जानकारी भएको आधारमा केही स्थानहरूको बारेमा यहाँ उल्लेख गरिन्छ ।

१) त्रिभुवन विश्वविद्यालय अन्तर्गत नेपाली संस्कृति विभाग कीर्तिपुरमा एक बर्षे डिप्लोमा कक्षा शुरु गरीएको छ । कुनै पनि विषयमा स्नातक भएको व्यक्तिले भर्ना भएर बौद्ध धर्मको विविध पक्षहरूको अध्ययन गर्न सक्छ ।

२) पाटन चाकुपाटको नागार्जुन इन्स्टिच्युट अफ एक्ज्याट मेथडमा पनि हरेक वर्ष नियमित रूपमा बौद्ध धर्म सम्बन्धी कक्षाहरू संचालन भएका हुन्छन् । इच्छुक व्यक्तिहरूले संस्थाका डाइरेक्टर श्री मीन बहादुर शाक्यज्यूलाई ५२७४४६ नम्बरको टेलिफोनमा सम्पर्क गरी अध्ययन कार्यक्रमको जानकारी लिन सक्नुहुनेछ ।

३) कमलादीको विश्वशान्ति निकेतन बौद्ध विहारमा पनि हरेक शनिवार विहान आठ बजे देखि बौद्ध धर्मका विभिन्न ग्रन्थहरूको नियमित रूपमा प्रवचन भईरहेको हुन्छन । (टेलिफोन : २२१४१५)

४) श्रद्धेय गुरुमा धम्मावतीको सक्रियतामा धर्मकीर्ति विहार नघलमा पनि हरेक शनिबार बिहान बौद्ध धर्मको विषयमा प्रवचन हुन्छ । अक्सर नेपाल भाषामा प्रवचन हुने यो विहारमा बौद्ध धर्म सम्बन्धी थुप्रै पुस्तकहरू पनि पाइन्छन् । (टेलिफोन : २५९४६६)

५) श्रद्धेय भिक्षु ज्ञानपूर्णिक महास्थविरको मीनभवन स्थित बुद्ध बिहारमा पनि हरेक शनिबार बिहान विपश्यना ध्यान र प्रवचन कार्यक्रम संचालन भएको हुन्छ । यो विहारमा अभिधर्म पिटकको बारेमा बढी मात्रामा अध्यापन हुन्छ । (टेलिफोन : ४८२९८४)

६) वौद्ध स्थित कान्यीङ शेड्रूप लिङ गुम्बा (सेतो गुम्बा) मा पनि हरेक शनिबार बिहान दश बजे परम पूजनीय गुरुवर छोक्यी न्यीमा रिन्पोछेज्यूबाट अंग्रेजी भाषामा बौद्ध धर्मको प्रवचन हुन्छ । ध्यान शिविर संचालन हुन्छ । डिसेम्बरदेखि मार्च महिनासम्म चार महिने विस्तृत बौद्ध दर्शन अध्ययन कार्यक्रम पनि संचालन हुने हुदाँ अंग्रेजी भाषाको जानकारी भएका इच्छुक महानुभावले गुम्बामा सम्पर्क राख्न सक्नु हुनेछ । (फोन : ४७०९९३)

७) आचार्य श्रीधर राणाज्यूको निवास विशालनगरमा पनि हरेक महिनाको पहिलो शनिबार बौद्ध धर्मको गहन अध्ययन कार्यक्रम संचालन हुन्छ । प्रवचनमा सहभागी हुन चाहने नयाँ व्यक्तिहरूले श्री नारायण रिजालज्यूलाई भेटेर जानकारी लिए पछि आउन सक्नु हुनेछ । (फोन : ४२८३२२)

८) स्वयंभू पारीको डाडाँमा भएको ड्देोन होसेल लिङगुम्बामा पनि नियमित रूपमा अध्ययन कार्यक्रम चल्छ । गुरुवर छोक्न्यी रिन्पोछेले हिमाली क्षेत्रमा प्रचलित महासन्धि (फोक्छेन) परम्पराको उपदेशलाई चार स्मृति उपस्थानको शैलीमा सिकाउनु र ध्यान गराउनु हुन्छ । अमेरिका लगायतका पश्चिमी देशहरूमा विपश्यनाका आचार्यहरूलाई महासन्धि पद्धति ध्यान गराउनु भएको हुनाले आजकल धेरै विपश्यना आचार्यहरूले उहाँको पद्धति अप्नाएर ध्यान गराउन थालेका छन् । (फोन २७०२२०)

९) बौद्ध परियत्ति शिक्षाका कक्षाहरू विभिन्न बौद्ध विहारहरूमा संचालन भएका हुन्छन । तिनीहरूको बारेमा विस्तृत रूपमा बुझ्नु परेमा नेपाल बौद्ध परियत्ति शिक्षाको केन्द्रीय कार्यालय मणिमण्डप महाविहारमा सम्पर्क गर्नु सक्नु हुनेछ । (फोन : ५२६५१७)

१०) डुक्पा काग्यु परम्पराका दुई गुरुहरू दोर्जोङ रिन्पोछे र छोग्याल रिम्पोछेले बौद्ध आरुवारीमा रहेको सरह सेन्टरमा बौद्ध धर्म सिकाउन शुरु गर्नु भएको छ । प्रायः फेव्रुअरी महिनामा कक्षाहरू संचालन हुन्छन । (फोन ४७४५८२)

११) बर्मामा प्रचलित बौद्ध ध्यान पद्धति सिक्नको लागि काठमाण्डौ उपत्यकामा दुई ठाउँहरूमा सुविधा उपलब्ध छ । बुढानीलकण्ठ मुहान पोखरीमा हरेक अंग्रेजी महिनाको एक र पन्ध्र तारीखमा आचार्य सत्य नारायण गोयन्काज्यूले सिकाउनु भएको विपश्यनाको दशदिने शिविरहरू शुरु हुन्छन । त्यस्तै शंखमूलको अन्तराष्ट्रिय बौद्ध भावना केन्द्रमा बर्माका ध्यान गुरु ऊसायदो पाल्नु भएको बेला एक महिने विपश्यना शिविर संचालन हुन्छ । मुहान पोखरीको गोयन्काज्यूको पद्धतिमा आधारित शिविरमा जानको लागि ज्योति भवनमा रहेको कार्यालयमा सम्पर्क गर्न सक्नु हुन्छ । शंखमूलको ध्यान शिविरमा जानको लागि ४८२७०७ मा सम्पर्क राख्नु होला ।

यीभन्दा अन्य स्थानमा पनि बौद्ध धर्मको अध्ययन अध्यापन भएको हुन सक्छ । माथि उल्लेख गरिएका ठाउँहरूमा सम्पर्क गरेमा ती अन्य ठाउँहरूको बारेमा पनि जानकारी लिन सक्नु हुनेछ । बौद्ध धर्मको कुनै पक्षमा आफ्नो अभिरूचि छ भने लोचावा पुण्य प्रसाद पराजुलीलाई ४२७६८८ मा सम्पर्क गर्नु भएमा केही मात्रामा जानकारी पाउनु हुनेछ ।

## पुण्य परिणामना

| संस्कृत | नेपाली |
|---|---|
| एतत्साधन पुण्येन सर्वे सर्वज्ञतापदम् | यो साधनाको पुण्यैले सबै सर्वज्ञता पद |
| प्राप्नुवन्तु जयन्तु चा कुशलं कर्मवैरिणम् । | पुगून् जितून् अकुशल कर्मशत्रुहरू सब । |
| जन्म-मृत्यु-जरा-व्याधि-स्वरुपार्वत-पूरितात् | जन्म-मृत्यु-जरा-व्याधिरूपी भुमरि युक्त यो |
| मोचयाम सर्वसत्वान् दुर्गमाद् भवसागरात् ॥ | दुर्गम्य भवसागर् नै तारूँ सत्व सबै जसो । |

भवतु सर्व मङ्गलम् ।

भावना मार्गमा मार्गको स्वरूप आर्य अष्टागिंक मार्ग, मार्ग हुनको कारण र उक्त मार्गको मूल चार आर्य सत्य देख्ने प्रज्ञाको उपदेश गरी तीन वटा छन् ।

*आर्य अष्टागिक मार्ग*

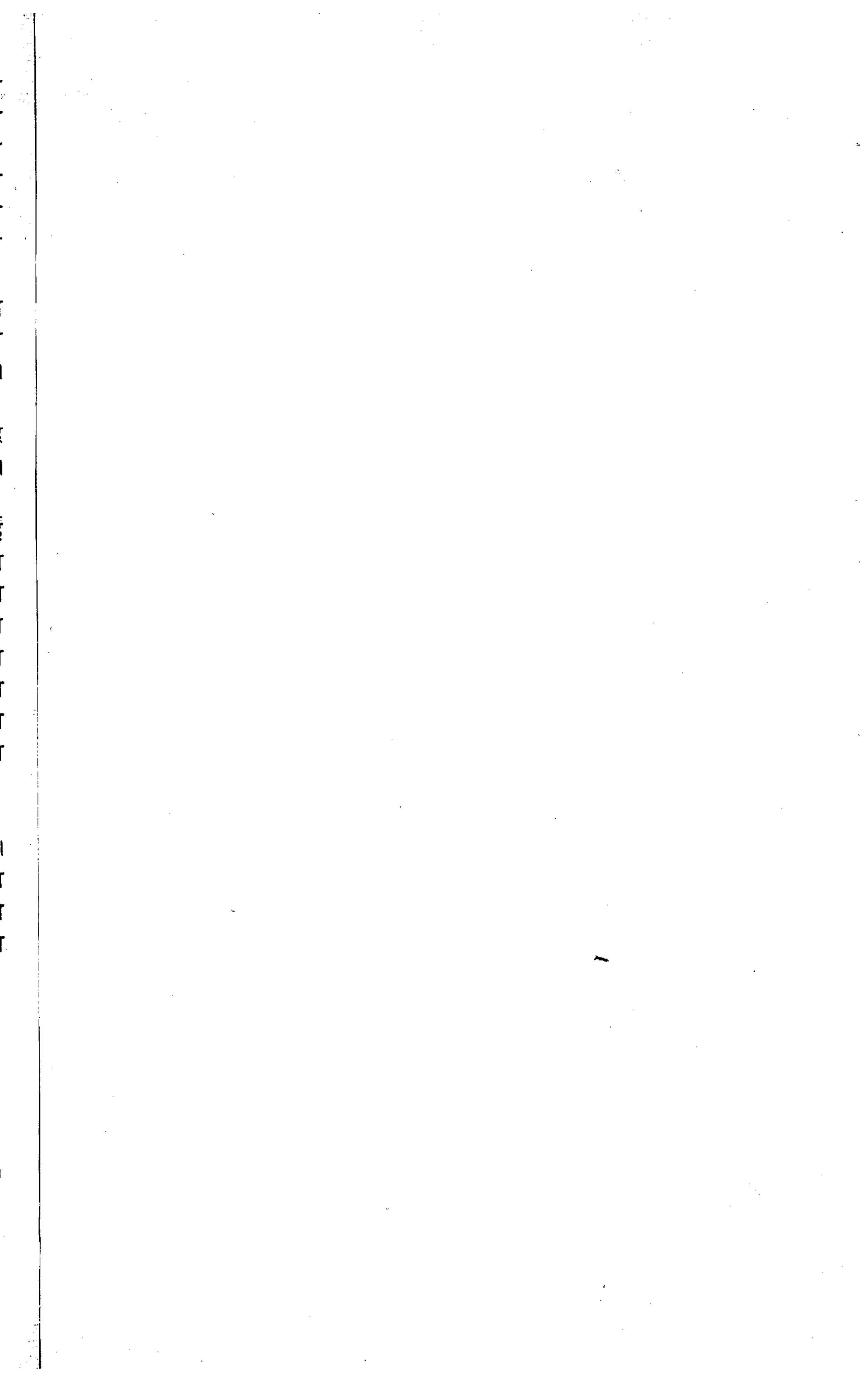
**सम्यक् दृष्टि, सम्यक आजीविका,**
**सम्यक् व्यायाम, सम्यक् स्मृति, सम्यक् समाधि,**
**सम्यक् वाक्, सम्यक् कर्मान्त र सम्यक् संकल्प**
**नै मार्गका आठ अङ्गहरू हुन् । शान्ति प्राप्ति**
**गर्नको लागि यिनीहरूको भावना गर ।।११३।।**

अगाडिको दर्शनमार्गका वोध गरिसकेको पूर्ण वोध र राम्रोसँग जाँच्ने सम्यक्दृष्टि, मिथ्या आजीविका त्यागेको सम्यक्आजीविका, मार्गको भावनामा प्रयत्न गर्ने सम्यक्व्यायाम, नविर्सिएकौ सम्यक्स्मृति, चित्त एकाग्र भएको सम्यक्समाधि, आफ्नो वोधको अर्थ अरुहरूलाई व्याख्या गर्नु सम्यक्वाक, आर्यले प्राणी हिसां त्याग्नु आदि सम्यक्कर्मान्त र धर्म दर्शाउने आदि उत्पन्न गर्नु सम्यक्संकल्प नै आर्यमार्गका आठ अङ्गहरू हुन । यिनीहरूबाट विमुक्ति साक्षात्कार हुने भएकाले आर्यको मार्ग भनिएको हो । त्यसको सही रूपमा जाँच्नु सम्यक्दृष्टि हो । अरुलाई वुझाउनु सम्यक्संकल्प हो । सम्यक्वाक, सम्यक्कर्मान्त र सम्यक्आजीविका तीनवटा अरुलाई विश्वास दिलाउन हुन् भने बाँकी तीनवटा आवरण शुद्ध गर्ने अङ्ग भएकाले अङ्ग भनिएको हो । यी आठवटालाई शान्ति अर्थात् निर्वाण प्राप्त गर्नको लागि भावना गर ।

*मार्गको थितिलाई दर्शाएको*

**यो जन्ममा दु:ख छ, तृष्णा नै यो दु:खको**
**महान स्रोत (समुदाय) हो, त्यसको निरोध**
**हुनु नै मुक्ति हो र त्यसलाई प्राप्त गर्ने**
**आर्य अष्टांगिक मार्ग हुन् । ।।११४।।**

यो जन्म नै दु:ख सत्यको आधार हो । भवमा तृष्णा हुनु नै यो जन्म दिलाउने हेतु अर्थात् कारण हो । त्यसलाई महान् भन्नुको कारण विभिन्न प्रकारका भव अटूट छन् । दु:ख र समुदयरूपी यी दुवैलाई निरोध गर्नाले मुक्ति (बुद्धता) प्राप्ति हुन्छ । त्यस्तो मुक्ति दिलाउने मार्ग नै आर्य अष्टांगिक मार्ग हो ।





*काखमा उत्तम श्री लिएका गृहस्थहरूले पनि*
*चार आर्यसत्यहरू बुझेर क्लेशरूपी नदी तर्न सक्छन् ।*
*सद्धर्म साक्षात्कार गरेका व्यक्तिहरू पनि आकाशबाट*
*खसेका वा जमीनबाट उम्रेका नभएर पहिलेका क्लेशयुक्त पृथग्जन नै हुन् ।*

यस्तै उपदेशहरूले भरिपूर्ण यो पुस्तक नालन्दा महाविहारका उपाध्याय आर्य नागार्जुनले आफ्ना घनिष्ठ मित्र शातवाहन वंशी राजालाई लेखेको पत्रको नेपाली अनुवाद हो । आफ्ना व्यावहारिक कर्तव्य पूरा गरेरै पनि एक गृहस्थले कसरी बौद्ध धर्मको सही रूपमा अभ्यास गर्न सक्छ भन्ने कुरा यो पुस्तकमा छर्लङ्ग पारिएको छ । भगवान् बुद्ध भाषित त्रिपिटक ग्रन्थमालामा भएका उपदेशहरूलाई आर्य नागार्जुनले काव्यात्मक रूपमा प्रस्तुत गर्नु भएको छ । उन्नाइसौं शताब्दीका भोटका महापण्डित मिफाम रिन्पोछे र वर्तमान समयका नेपाली बौद्ध धर्मगुरु श्रीधर राणाज्यूका भाष्यहरूले भगवान् बुद्धका बचनहरूलाई अझ सरल रूपमा बुझ्न सहायता गर्ने छन् ।

भगवान् बुद्धका उपदेशहरूलाई नेपाली भाषामा अनुवाद गरी प्रकाशित गर्दै लैजाने क्रममा व्योम कुसमा अनुवाद समितिले हालसम्म **छोक्ग्युर लिङ्पाको जीवनी, महायान सातसुत्रीय मतिशोधन अभ्यास, बुद्ध बचन दोहोऱ्याउँदै, दर्शन सौभाग्य, मुनिमत प्रकाश, बोधिचर्यावतार** जस्ता ग्रन्थहरू अनुवाद गरी विभिन्न प्रकाशकहरूको तर्फबाट प्रकाशित गरिसकेको छ । अन्य धेरै ग्रन्थहरू पनि अनुवाद सम्पन्न भई प्रकाशनको प्रतीक्षामा छन् ।

आचार्य श्रीधर राणाज्यूको निर्देशनमा विगत दश वर्षदेखि अनुवाद कार्यमा संलग्न लोचावा पुण्य प्रसाद पराजुली हाल तिब्बती भाषामा अनुदित बौद्ध धर्मका ग्रन्थ नेपाली भाषामा अनुवाद गर्नमा व्यस्त हुनु हुन्छ । त्रिभुवन विश्वविद्यालय संस्कृति विभागमा बौद्ध धर्म पढाउनुको अलावा हिमाली क्षेत्रका लामाहरूलाई नेपाली र संस्कृत भाषा पढाउने तथा काठमाण्डूका नेपालीहरूलाई तिब्बती भाषा पढाउने काममा सक्रिय हुनु हुन्छ । उहाँका हालसम्म पाँचवटा ग्रन्थ प्रकाशित भई सकेका छन् भने सातवटा ग्रन्थ प्रकाशनको क्रममा छन् ।